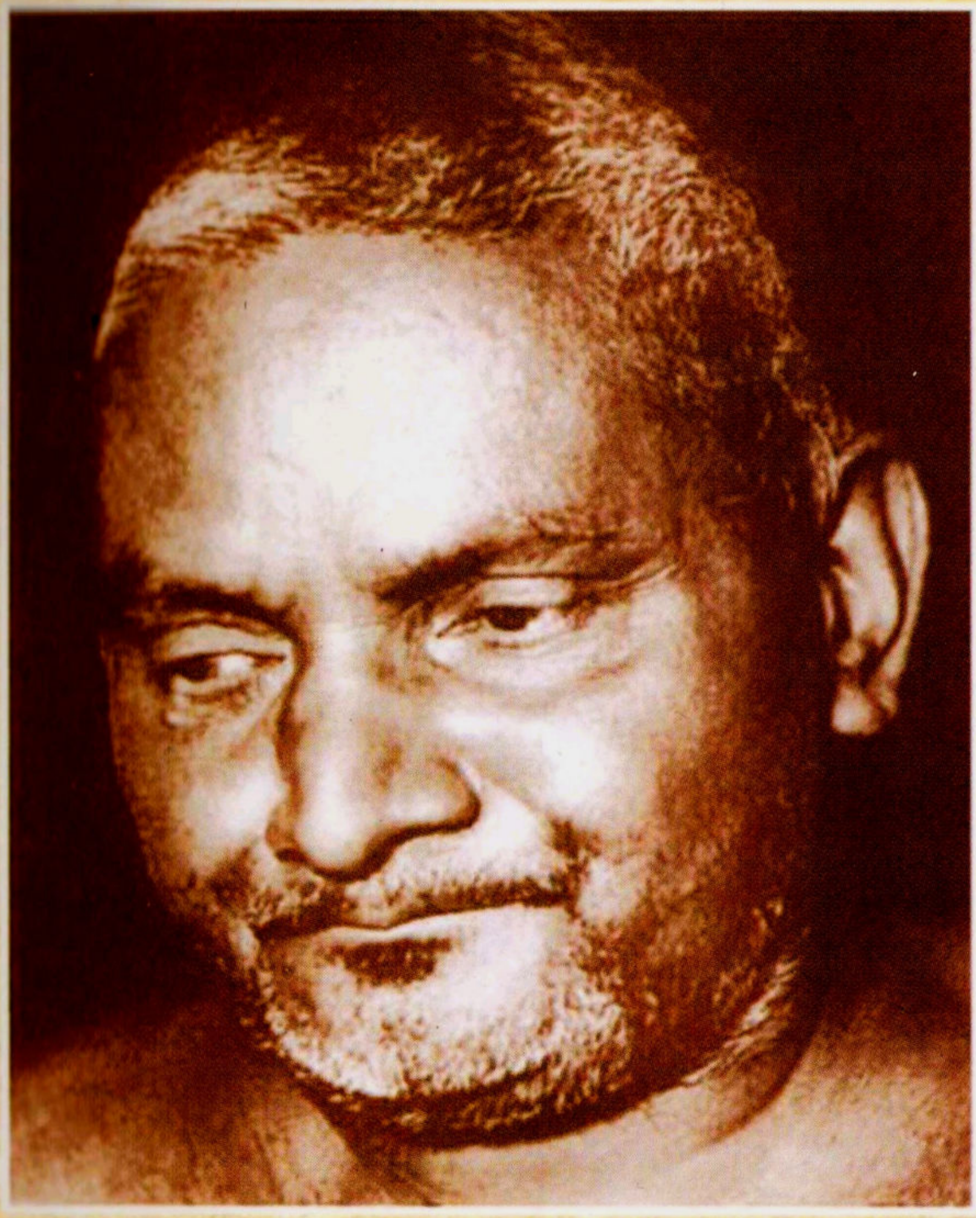


# చిదాకాశ గీత

## (ఆత్మ ప్రభవ)

# చిదాకాశ గీత

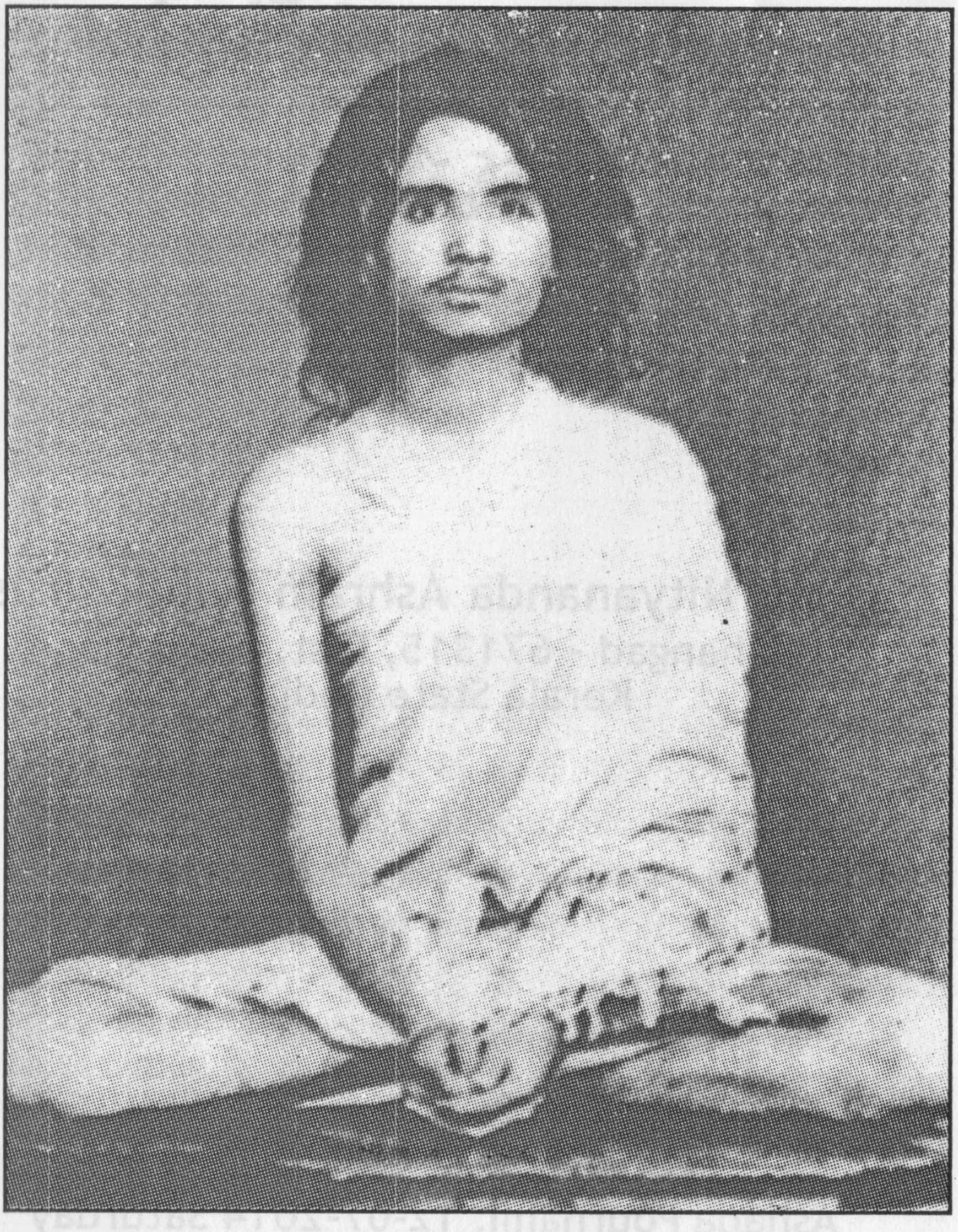
## (ఆత్మప్రభవ)

. . .

Swami Nityananda Ashram Public Trust
Kanhangad - 671315, Dist. Kasaragod
Kerala State (India)

. . .

Guru Purnima
Ashada Pournami, 12-07-2014 Saturday



బాలయోగి శ్రీ నిత్యానంద మహారాజ్

# ముందుమాట

భగవాన్ నిత్యానందస్వామి అత్యున్నత అవధూత. వారు ఎక్కువగా మౌనంగా ఉండి అప్పుడప్పుడు చాలా కొద్దిగా మాట్లాడేవారు. వారు ప్రవచనాలు చెప్పడం కాని గ్రంథ రచనలు కాని చేయలేదు.

ఇరవయ్యో శతాబ్దంలో, ఇరవయ్యవ దశాబ్దంలో గురుదేవులు దక్షిణ భాతదేశంలోని కర్ణాటక రాష్ట్రం మంగుళూరు పట్టణంలో ఉండేవారు. ఆ సమయంలో వారు అత్యున్నత ధ్యాన స్థితి మరియు ఆధ్యాత్మిక పరవశములో ఉండేవారు. ఆ పవిత్రమైన క్షణాల్లో వారు భక్తులకు ఆధ్యాత్మిక బోధలు చేసేవారు. ఆ బోధనలను సాధ్వి తులసి అమ్మగారు శ్రద్ధా భక్తులతో జాగ్రత్తగా వ్రాసుకుని భగవాన్ నిత్యానందస్వామి వారి ఆశీర్వాదం మరియు అనుమతితో గ్రంథ రూపంలో 1927లో కన్నడ భాషలో ప్రచురించారు. ఆ గ్రంధానికి స్వామివారు 'చిదాకాశగీత' అని నామకరణం చేశారు. భావి తరాలకు చిదాకాశగీతను అందించినందుకు మేము సాధ్వి తులసి అమ్మగారికి మా హృదయపూర్వక కృతజ్ఞతలు తెలుపుకుంటున్నాము.

సద్గురు భగవాన్ నిత్యానంద స్వామివారి మహా సమాధి స్వర్ణోత్సవం సందర్భంగా మా ఆశ్రమం వారి బోధనలను అన్ని భాషలలో యావత్ ప్రపంచంలోని నానాటికి పెరుగుతున్న స్వామివారి భక్తుల ప్రయోజనార్థం చిదాకాశగీత రూపంలో ప్రచురిస్తున్నాము.

జై నిత్యానంద! జై సద్గురు మహరాజ్‌కీ జై!

**స్వామి నిత్యానంద ఆశ్రమము, పబ్లిక్ ట్రస్ట్**
**కాంచన్‌గఢ్, కాసర్‌గోడ్ జిల్లా, కేరళ, భారతదేశం**



సాధ్వి తులసీ అమ్మ

భగవాన్ నిత్యానంద స్వామి ఉపదేశాలను
సంగ్రహించి పుస్తక రూపంలో మొదట
కన్నడంలో ప్రకటించిన భక్తురాలు.


**Publisher : Swami Nityananda Ashram Public Trust**
Kanhangad - 671315, Kasaragod Dist., Kerala State (India)
Phone : +91 0467 2208986

**Distributor : Shree Bhimeshwar Sadguru Nityananda Sanstha**
Ganeshpuri, Nhiwandi Taluk, Thane Dist. - 401206 (Maharashtra)
Phone : 09833995591 (O), 09823522126
E-mail : bhagawan@nityananda.org

Printes at : SIRIGANNADA OFFSET PRINTERS
Near Bhagavathi Temple, Pilikunje,
Kasaragod, Kerala - 671121
Phone : 04994 - 224235, 223927

# పరిచయం

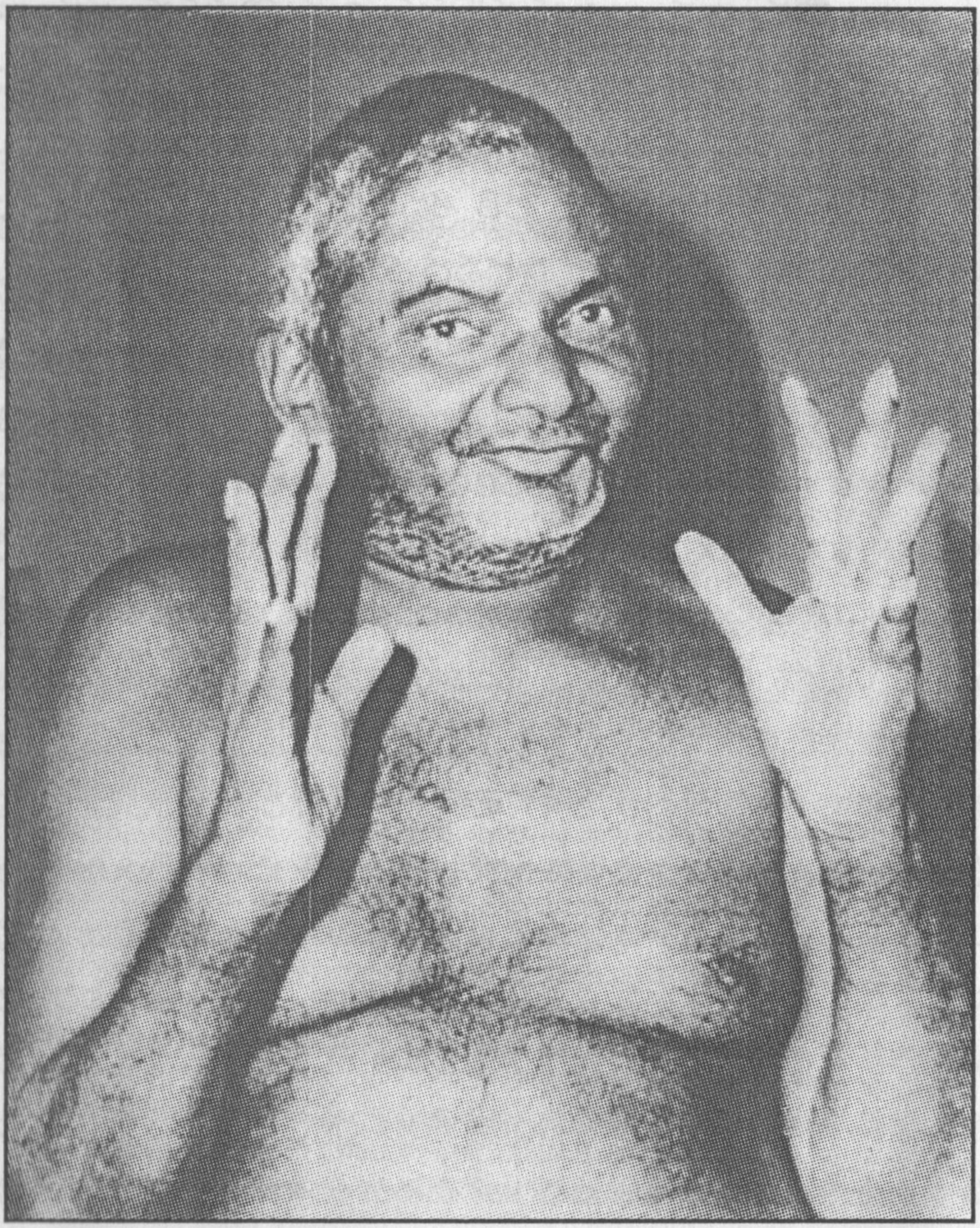
# గ్రంథ ఉద్దేశ్యం, లక్ష్యం

జీవుడు తప్పొప్పులను, సత్ఫల సూక్ష్మములను, యోగ్యతాయోగ్యతలను, ప్రయోజనములు, నష్టములను గ్రహించి ప్రశాంతముగా ఈ గ్రంథం యొక్క ఆదర్శమును అనుభూతిగా పొందుగాక!

ఈ ఆదర్శము సదా చేతన్య ఆకాశంలో జ్ఞాపకం ఉండాలి! మానవులుగా జన్మించినందుకు మన కర్తవ్యాన్ని గ్రహించి, పరిపూర్ణ, శాశ్వత శాంతిని పొందాలి. మానవునిగా అత్యున్నత జన్మను పొంది, మనమెవరము అనేది తెలుసుకొని, శాశ్వత సాంతిని పొందుదాము. కష్టములను, బాధలను శాంతి అధిగమించాలి. మనసు స్వచ్ఛతను సాధించి ఇహలోక, పరలోకాల్లో ఆనందం పొందాలి.

సర్వం ఓంకారము. మన ఆత్మలో శాశ్వతంగా నివసించేది ఓం. మనసును ఏకాగ్ర దృష్టిలో నిలిపి ఓంని పొందాలి. ఇది విశ్వామోదం పొందాలి. ఈ గ్రంథంలోని తత్వం, వేదాంతం ఇందులోని పదములతో ముడివడినది. గ్రంథం యొక్క ఉద్దేశం, లక్ష్యం తెలిసినంత మాత్రమున మన గొప్పతనం పెరగదు, తెలియకపోతే తరగదు. ఈ పదములను పదే పదే అంతర్మధనం చేసుకోవాలి. అంతర్గతముగా మన మనసులో ఈ పదముల చలనము ఉండాలి. ఈ పదములు ఎవరిని ప్రత్యేకంగా ఉద్దేశించినవి కావు. ఈ పదములు ఎక్కడినుంచి వచ్చాయో అక్కడికే తిరిగి వెళ్ళాలి.

ఓం పరబ్రహ్మ. ఓం శాశ్వత సత్యం. ఓం పరిపూర్ణమైన జ్ఞానము. ఓం విశ్వ సృష్టికర్త. ఓం విశ్వ రక్షణ కలిగిస్తుంది. ఓం లయకర్త. ఓంలో దైవిక ప్రకంపనలు ఉన్నవి. ఓంలోనే సృష్టి ఐక్యం చెందినది. ఓం బ్రహ్మానందం.



ఓం నమో భగవతే నిత్యానందాయ

# చిదాకాశ గీత

## (ఆత్మ ప్రభవ)

1. జ్ఞానుల మనసు అనంత చేతనంలో లీనమై ఉంటుంది, కావున వారికి స్వంత మనసు అనేది ఉండదు. ఈ చేతనావస్థలో వారికి ఎటువంటి నిద్ర, కునుకు (లఘు నిద్ర) లేదా కలలు రావు. వారికి పగలైన రాత్రైన ఒకటే. జ్ఞానులు ఎల్లవేళలా పరమానంద సమాధి స్థితిలో ఉంటారు.

   సామాన్యుల మనసు ఒక మసిబారిన పొరతో కప్పబడి ఉంటుంది. మనసులోని ఆలోచనలు, కోరికలు, ప్రేమ, ద్వేషము, కోపతాపాల వంటి కల్మషముల వలన ఈ పొర ఏర్పడుతుంది. రాగ ద్వేషాలకు అతీతంగా మనసు మారినప్పడు పొర తొలగిపోతుంది.

2. మానవ శరీరంలో మూడు ముఖ్య నాడులు ఉంటాయి. అవి సుశుమ్న లేదా సూర్యనాడి, ఇడా లేదా చంద్రనాడి మరియు పింగళ లేదా నక్షత్ర నాడి. సుశుమ్న నాడి ఎరుపు రంగులో ఇడా నాడి నీలం రంగులో మరియు పింగళనాడి ఆకుపచ్చ రంగులో ఉంటాయి. వెన్నుపూస కుడి వైపున పింగళనాడి, ఎడమ వైపున ఇడా నాడి, వెన్నుపూస మధ్యలో సుశుమ్న నాడి లోపల డొల్ల ఉన్న గొట్టం వలె ఉంటాయి.

3. ఈ మూడు నాడులు కలిసే చోటు 'హృదయాకాశము'

అనబడును. ఇదే ఆజ్ఞచక్రము. సాధకులకు నిరంతర యోగ సాధనానంతరము తమ శిరస్సులో ఒక బిందు నాదము వినబడుతుంది. ఈ నాదము హార్మోనియం, ఫిడేలు లేక ఢంకానాదంలాగా వినబడుతుంది. ఈ శబ్దములు పది రకములైనను అవి అభేద్యము, ఏకము. సాధకులు యోగ సాధన ద్వారా తమ మనసుని మరచి బిందు నాదంలో లీనమవ్వాలి.

4. అగ్నిలో వేసిన కర్పూరము ఏ విధంగా అంతర్ధానమవుతుందో అదే విధంగా యోగ సాధన ద్వారా మనసు ఆత్మలో లీనమవుతుంది.

5. ఏ విధముగానైతే ఎండు కొబ్బరికాయలోని కొబ్బెర, పై చిప్ప నుండి విడిపోయి, దానిని కదిలిస్తే మందమైన శబ్దం వస్తుందో, అదే విధముగా, యోగ సాధన వలన సాధకుల ఆత్మ తమ శరీరము నుండి విడిపోతుంది. యోగమనెడు జ్యోతి వలన కల్మషములు కాలిపోయి, సాధకుల మనసు పరిశుద్ధముగా మారుతుంది.

6. మన శ్వాసక్రియ శాస్త్రీయంగా ఉండాలి. మనము పీల్చుకునే శ్వాస (ఉచ్ఛ్వాస) బావిలోని నీరు తోడుతున్నట్లుగా ఉండాలి. మనము విడిల్చే గాలి (నిశ్వాస) చేద బావిలోనికి బిందె పడవేసినట్లుగా ఉండాలి. నిశ్వాస శరీరంలోని మలినాలతో నిండి ఉంటుంది. మన ఉచ్ఛ్వాస పరిశుద్ధమైనది. ఉచ్ఛ్వాసని 'ఓంకారము'తోపాటు పీల్చుకోవాలి. ఓంకారముతో కూడిన

ఉచ్ఛ్వాసమే శుద్ధమైన మనసు.

7. శుద్ధమైన మనసు జీవుడిలో (జీవాత్మ) లీనమవుతుంది, కాని మానవ శరీరంలో వాటి స్థానాలు వేరు. మనసు యొక్క స్థానము జీవాత్మ కంటే తక్కువ. మనసు శరీరంలోని ప్రతి అణువులో ఉంటే, పరమాత్మ విశ్వమంతా వ్యాపించి ఉంటాడు.

8. పాఠశాలలు మరియు కళాశాలలో నేర్చుకునే విద్య నిజమైన విద్య కాదు. జీవాత్మ పరమాత్మల ఐక్యతను నేర్పు విద్యయే నిజమైన విద్య. స్త్రీలు, పురుషులు ఆధ్యాత్మిక విద్యను అభ్యాసం చేస్తే వారికి జీవాత్మ మరియు శివశక్తి ఐక్యత అనుభవమవును.

9. స్థూల శరీరంలో ఉండుట వలన జీవాత్మ కూడ స్థూలం అన్న భావన కలుగుతుంది. యోగ సాధన వలన జీవాత్మ స్థూల శరీరం నుండి విడిపోయి తాను స్థూలంలోని సూక్ష్మాన్నని గ్రహిస్తుంది. ఈ అవగాహనే నిజమైన ముక్తి. ద్వైత భావము పూర్తిగా తొలగిపోవాలి.

10. నిద్ర రెండు రకములు. స్థూల నిద్ర మరియు సూక్ష్మ నిద్ర. సామాన్య మానవుని నిద్ర స్థూల నిద్ర. యోగులభ్యసించే నిద్ర సూక్ష్మనిద్ర. సమాధి స్థితిని ఆనందముగా అనుభవించడమే ఆధ్యాత్మిక నిద్ర. అదే మన జీవిత లక్ష్యం.

11. గడియారంలోని ముళ్ళ కదలిక కంటికి కనపడకుండా అంతర్గతంగా తిరిగినట్లుగా మన ప్రాణ కదలిక కూడ

అంతర్గతంగా ఉండాలి. బాహ్యమైన శ్వాస సూక్ష్మముగా మారి అంతర్గతమై ప్రాణములో కలిసినప్పుడు మనకు విశ్వాన్ని గ్రహించే శక్తి వస్తుంది. ఈ స్థితిలో విశ్వమంతా మనలోనే ఉన్న అనుభవం కలుగుతుంది. ఈ అనుభవం వలన విశ్వాన్ని నడిపించే ప్రామాణికము అనంతము, నిశ్చయము అయిన సత్యమేనని అర్ధమవుతుంది.

12. బాహ్యమైన ఆకాశము స్థూలమైనది. మనలోని అంతర్గత ఆకాశమే "చిదాకాశము" లేదా "సూక్ష్మ ఆకాశము". ఏ విధంగానైతే అనంతమైన బాహ్య ఆకాశము మితమైన కుండలోని నీటిలో కనబడుతుందో అదే విధముగా అనంతమైన భగవంతుని యొక్క అనుభవం హృదయాకాశములో కలుగుతుంది.

13. శునకానికి బంగారపు గిన్నెలో వండిన అన్నానికి, మట్టి కుండలో వండిన అన్నానికి తేడా తెలియదు. దానికి రెండు సమానమే. అదే విధముగా జ్ఞానికి ఏది ఉత్కృష్ఠం, ఏది అధమం అనే తేడా ఉండదు. అతనికి ద్వంద్వ భావము ఉండదు. బంగారము మరియు మట్టి రెండూ అతనికి సమానమే.

14. సూర్యుని ప్రతిబింబం ఉప్పనీటిలోనైనా, శుద్ధమైన నీటిలో ఐన ఒకే విధంగా ఉంటుంది. జ్ఞానికి కూడా అందరూ సమానమే. గొప్ప, బీద, చిన్న అన్న తారతమ్యాలు ఉండవు. అతనిలో ద్వైత భావము ఉండదు. ఈ విషయం అనుభవపూర్వకంగా

తెలుసుకోగలము, కాని ఊరికే వినటం వలన తెలియదు.

15. ఒక చెట్టుకి పూసిన పూలు త్వరలో నశిస్తాయి కాని చెట్టు దీర్ఘకాలం నిలుస్తుంది. అదే విధంగా సృష్టికర్తయైన భగవంతుడు అమరుడు, అక్షయుడు. ఈ జగత్తులోని ప్రాణులు, వస్తువులు కొంతకాలానికి నశిస్తాయి.

16. అగ్గి పెట్టెతో రాపిడి వల్ల అగ్గిపుల్ల వెలిగినట్లు, మనసు బుద్ధి యొక్క రాపిడి వలన జ్ఞానం అనే అగ్ని ప్రకాశిస్తుంది. మనసు బుద్ధికి ఆధీనమై సూక్ష్మ వివేకం వలన ఆత్మ చేతన్యం, ముక్తి మార్గం లభిస్తుంది. ఈ ఆత్మసిద్ధియే మానవుని అంతిమ లక్ష్యం, పరమార్థం.

17. శరీరం పైన వ్యామోహం, ఆసక్తి లేని వ్యక్తి మానవమానములను ఒకే విధంగా స్వీకరిస్తాడు. అటువంటి స్థిత ప్రజ్ఞుడు పరమాత్మను అందరిలోనూ, సర్వత్రా చూడగలుగుతాడు.

18. విశ్వచేతన్యం అత్యుత్కృష్ఠ కాంతి, విశ్వ చేతన్యం వెదజల్లే కాంతి, కోట్లాది సూర్యులు ఒకేసారి వెదజల్లే కాంతి కన్నా అధికమని యోగులతో చెప్పబడినది.

19. భగవంతుడే ఈ విశ్వానికంతటికీ మూల కారణం. కుర్చీలు, బల్లలు చెక్క పలకలతో తయారౌతాయి. చెక్క పలక వాటికి మూలం. అలాగే ఈ సృష్టికంతటికి అంతర్గత సారం, స్వభావం, మూలం సర్వం భగవంతుడే. అతనే ఆద్యుడు. అసంఖ్యాక లోకాలన్ని అతనిలోంచి ఉద్భవించినవే.

20. మనసు మరియు ఆత్మ అందరిలో ఒకటే అన్న విషయం విశ్వం యొక్క చరమ దశలో తెలుస్తుంది. ఈ మధ్యలో మనసు అనేక విధముల ఆలోచనా భ్రమణంలో ఉండుట వలన మన శ్వాస మరియు మానసిక ప్రవృత్తి పైన ప్రభావమేర్పడుతుంది. చివరకు మనసు ఈ మాయా విలాసాన్ని తెలుసుకొని ఆత్మలో లీనమవుతుంది.

21. గాలి, నీరు, అగ్ని, భూమి అందరికీ చెందినట్లే భగవంతుడు అందరికీ సమానుడే. అతను జగత్ జనకుడు. అతనికి కుల, మత బేధాలు, బ్రాహ్మణులని, శూద్రులని తేడా ఉండదు. పంపులో నుండి వచ్చే నీటిని అందరూ ఉపయోగించుకున్న విధంగా భగవంతుని అనుభవం, సాక్షాత్కారం బ్రాహ్మణులకైన, శూద్రులకైన, పిల్లలకైన అందరికీ ఒక్కటే.

22. మనసు నువ్వులాంటిది, బుద్ధి గానుగ వంటిది. నువ్వులు గానుగలో వేసి నూనె తయారు చేసినట్టు, మనసు బుద్ధి (అనే గానుగ) శక్తి వలన తన చాంచల్యాన్ని వీడి నిలకడని పొందుతుంది. ఈ నిశ్చలమైన మనసే (స్థితప్రజ్ఞత) ముక్తి అనెడి అమృతం.

23. మనిషిలోని బుద్ధి అతని మనసుకంటే ఉత్కృష్ఠమైనది. మంత్రి రాజుకు ఆధీనుడయినట్లు, మనసు బుద్ధికి ఆధీనమై ఉండవలెను. మనసుతో ఆలోచించే వ్యక్తి "అజ్ఞాని". బుద్ధితో ఆలోచించే వ్యక్తి జ్ఞాని.

24. ఐదు, ఆరు వేల మంది కల రహదారిలో ఒక గుర్రపు బగ్గీని

నడపడం ఎంత కష్టమో అలాగే ప్రాపంచిక విషయాలలో మునిగి ఉన్న మనసును నిలకడ చేసి ఏకాగ్రత సాధించడం అంతే కష్టం. ఏకాగ్రత సాధించాలంటే మనిషి తన గురించి కాక ఎదురుగా నడుస్తున్న పాదచారుల గూర్చి ఆలోచించే సైకిల్ తొక్కే వ్యక్తిలా ఉండాలి. కోరికలు ఎక్కువగా ఉన్న మనిషికి వాటి భవబంధాల నుండి తప్పించుకోవడం కష్టం.

25. చల్లని నీటిలో పూర్తిగా మునిగిన మనిషికి తన శరీరంలో ఏ భాగంలోను చల్లదనం తెలియదు. అదే విధంగా భగవత్ అనుభవాన్ని పొందినవాడు తన లోపల బయటా అంతటా భగవంతున్నే చూస్తాడు. అటువంటి వ్యక్తి ఎటువంటి భావోద్రేకాలకు లోను కాడు, ఎందుకంటే అన్ని స్థితులలోను భగవంతున్నే చూస్తాడు.

26. పరిపూర్ణ జ్ఞాని ఇహలోక కోరికలకు అతీతుడు. కోరికలు అతనిని ఎన్నడూ దరి చేరలేవు. ఏ విధంగా వేయించిన విత్తనం భూమిలో నాటి పుష్కలంగా నీరు పట్టినా మొలకెత్తనట్లు అదే విధంగా జ్ఞానిలో కోరికలు ఎన్నటికీ తలెత్తవు మరియు మనస్సు చలించదు. నూనె లేని దీపం, దీపం కానట్లు, కోరికలు లేని మనిషి మనిషి కాడు. సూర్యుని తేజస్సు ముందు ఆవల దీప (వాయుదీపం) కాంతి నిలవలేక శూన్యంలో క్షీణిస్తుంది, అంతటా ఒక సూర్యుని కాంతి మాత్రమే నిలుస్తుంది. బుద్ధి ఆజ్ఞాపించే రాజుగా మరియు మనసు దానికి ఆధీనమై ఉండి బుద్ధి యొక్క ఆజ్ఞలను శిరసా వహించేదిగా ఉండవలెను. ఏ విధంగా ఫలాలు కాయని చెట్టు నిరుపయోగమో అదే విధంగా

నిత్యము శాశ్వతము అయిన సత్యము తెలసికొనని వాడి వల్ల ఏ ఉపయోగం ఉండదు. ఈ నిజాన్ని గ్రహించడమే చీకటిలో జ్యోతిని గాంచడం. అజ్ఞానవే చీకటి, జ్ఞానవే జ్యోతి. భగవంతుని నుండి ఉద్భవించిన మనమందరము తిరిగి ఈ జన్మలో భగవంతున్ని చేరుటయే మన కర్తవ్యం.

27. గురువు మనలను ముళ్ళబాట వంటి ప్రాపంచిక విషయాల నుండి మరల్చి, దైవత్వం వైపుకు నడిపిస్తాడు. గురువులు రెండు రకాలు. ప్రాధమిక గురువు మరియు ద్వితీయ గురువు. మనసు మన ప్రాధమిక గురువు. మంచి చెడుల విచక్షణా జ్ఞానం మనకు మనసు ఇస్తుంది. మనకు దీక్షనిచ్చి దివ్య పధానికి నడిపించే గురువు ద్వితీయుడు. ఈ జగత్న్నంతా సృష్టించి, అందులోని అన్ని జీవులలో నివాసముండే భగవంతుడే జగద్గురువు.

28. సాధారణంగా మానవులు ఒక వ్యక్తిని శారీరకంగానే గురువుగా గుర్తిస్తారు. ఒక వ్యక్తి కేవలం పాదుకలు మరియు చేత జపమాల ధరించినంత మాత్రాన గురువుగా మారడు. బ్రహ్మ జ్ఞానం గూర్చి మాట్లాడేవాడు, రత్నాలను తన శిష్యులకు ఇచ్చువాడు గురువు కాదు. ఆత్మ సాక్షాత్కారం పొందినవాడే నిజమైన గురువు. తాను ఏది బోధిస్తాడో అదే ఆచరిస్తాడు.

29. శరీరమే నేను అన్న భావం పూర్తిగా తొలగినవాడు నిజమైన గురువు. అట్టి గురువు భగవంతునిలో ఐక్యము పొందిన వాడు. అతని కంటే ఉన్నతమైన వారు లేరు. అటువంటి గురువే దైవము.

ఆ భగవంతుడే గురువు.

30. పంచదార తింటేనే దాని తీయదనం తెలుస్తుంది. అలాగే 'రామ', 'కృష్ణ', 'గోవింద' నామజపం శ్రద్ధ, భక్తి, విశ్వాసంతో చేస్తేనే మోక్షం లభిస్తుంది. శ్రద్ధ, విశ్వాసం లేని జపం వెయ్యేళ్ళు చేసినా ఫలితం శూన్యం.

31. కాశి, రామేశ్వరం వంటి పుణ్యక్షేత్రాల దర్శన మాత్రమున మోక్షం సిద్ధించదు. భగవంతుని అనుగ్రహం లభించాలంటే ముందుగా మనసును ఆలోచనలు లేకుండా ఖాళీగా ఉంచాలి. జ్ఞానం, శ్రద్ధ లేకుండా రాతి, మట్టి బొమ్మలను దర్శించి వాటిలో భగవంతుడు ఉంటాడనేది మన భ్రమ. నిజమైన జ్ఞానం లేకుండా ముక్తి లభించదు. మానవ జన్మ అనే పరిణామానికి భగవత్ అనుభూతి పొందడమే కారణం. తప్పు - ఒప్పుల, మంచి-చెడుల మధ్య తేడా తెలిసినట్లుగా మన జన్మకు కారణం, కార్యము మరియు ఫలము తెలుసుకోవాలి. అన్ని విషయాలు సమగ్రంగా తెలిసిన మనసుకు శాంతి చేకూరుతుంది.

32. ఏ విధంగా ఇంటికి తలుపులు, వేడికి అగ్ని, నిప్పు రగులుటకు గాలి, ఆహారము మరియు నిద్ర ఈ స్థూల శరీరానికి అవసరమో అదే విధంగా జీవునికి ప్రాణ వాయువు అవసరం. ప్రాణం లేక జీవం లేదు.

33. ప్రపంచం అంతరించినప్పుడు అది నీలి రంగులో వాయువుగా మారిపోతుంది. రాజయోగం ద్వార మనిషి "ఏకత్వాన్ని"

తెలుసుకోగలడు. ఏకత్వం అంటే అద్వైతం. ద్వైతం లేకుండా భగవంతుడు అంతటా వ్యాపించి ఉన్నాడు, భౌతికంగానే వైవిధ్యాలు కనిపిస్తాయి.

34. దేవుడు అనంతుడు. అంటే మనము చూచే, వినే మరియు అనుభూతి చెందే ప్రతి విషయమూ ఆ భగవంతుని వివిధ ప్రతిరూపాలే. అదే విధంగా జ్ఞానికి, అజ్ఞాని లేడు. అజ్ఞానికి జ్ఞాని లేడు. ఈ జ్ఞాన స్థితిలో మంచి, చెడు భేదము ఉండదు. ఎలాగైతే స్వచ్ఛమైన ప్రేమతో కన్నతల్లి పిల్లలలో బేధము చూపనట్లు జ్ఞాని ప్రతి విషయాన్ని సమానముగా స్వీకరిస్తాడు.

35. గురువును స్వీకరించిన తరువాత అతని యందు ధృడమైన మరియు అచంచలమైన విశ్వాసం ఉండాలి. మనసు ప్రవహిస్తున్న నీటిలో ప్రతిబింబించే సూర్యునిలా చలించరాదు. గురువు పట్ల ధృడమైన విశ్వాసం కలిగి ఉండాలి.

36. మనసు అవధులు లేని సముద్ర నీటిలా గాక అవధులు కలిగిన గుంట (చెరువు)లాగా నియంత్రణలో ఉండాలి. తన ఆలోచన వలననే మనిషి మంచివానిగా లేక చెడ్డవానిగా మారుతాడు. బుద్ధి, జ్ఞానము అనునవి భగవంతుడు మనకు ప్రసాదించిన దివ్యశక్తులు. మానవుడు కర్మ బంధాల నుండి విముక్తి పొందే మార్గం ఒక్కటే - యోగ పథం.

37. అనంతమైన సత్యమే భగవంతుడు. భగవత్ అనుభవం లేకుండా కర్మ బంధాలు వదలవు. అంతరంగములో కపటము గల వ్యక్తి కేవలము బాహ్య వేషధారణ వల్ల సన్యాసి కాలేడు. చెప్పేది,

ఆచరించి తను ఆచరించినది భోదించేవాడే జ్ఞాని, పరమహంస, యోగి, సన్యాసి. కోరికలు గెలిచినవాడే నిజమైన సన్యాసి. కోరికలు లేని మనిషి మాత్రమే ఆధ్యాత్మిక గురువు కాగలడు.

38. మనుషులు చాలామంది ఇతరులు భగవంతుని గూర్చి వ్రాసినవి చదివి లేక చెప్పినవి విని తృప్తి చెందుతారు, ఇది సరిపోదు. మనిషి తన ఆకలి తీరుటకు ఎలాగైతే స్వయంగా ఆహారం తినవలెనో అలాగే భగవంతుని సాక్షాత్కారం కొరకు అతనే స్వయంగా సాధన చేయాలి.

39. భగవంతుడు మానవులకు నిష్పక్షపాతంగా అందరికి సమానముగా వరాలు ప్రసాదిస్తాడు. మానవుల ఆలోచనాశక్తి, చెవులు, ముక్కులు, కళ్ళు, చేతులు అందరికీ సమానమే. వాటిని ఉపయోగించే విధానం వ్యక్తులపై ఆధారపడి ఉంటుంది.

40. తన శరీరంలోని ప్రతి అవయువము ఒక నిర్ధిష్టమైన కార్యాన్ని మాత్రమే చేయగలదు. చేతులు చేసే పనిని తల చేయలేదు. అదే విధంగా మనసు, బుద్ధి, జీవాత్మ మరియు పరమాత్మ అన్నీ వేరు వేరు. వీటిలో ఒకరి పని వేరొకరు చేయలేరు.

41. మన శిరస్సు ఆనంద సముద్రం. శిరస్సునందే మానవునకు "ఆనందము" యొక్క అనుభూతి కలుగుతుంది. యోగుల శిరస్సునందు వెయ్యి రేకుల సహస్రారం అనే కమలం ఆనందానికి అధిష్ఠాన పీఠమై ఉంటుంది. 'కుండలినీ' శక్తి

వెన్నెముక మూలములో ఉన్న మూలాధారం నుండి మొదలై సహస్రారం చేరుకున్నప్పడు మనకు "పరమానందం" యొక్క అనుభూతి కలుగుతుంది. ఆత్మలింగం అనే ప్రాణలింగం మన శిరస్సునందే గలదు. ఈ విషయం పుస్తకాలు చదవడం వల్ల తెలుసుకోలేరు. ఇది అనుభవం ద్వారానే తెలియవచ్చును. భగవంతుని అనుభూతి పొందని వారికి మాత్రమే పుస్తకములు అవసరం. మనం ఈ భూమి మీద పుస్తకములతో పుట్టలేదు. అలాగే ప్రపంచం వదిలినప్పడు ఏమి తీసుకెళ్ళము. ఈ మధ్యలోనే పుస్తకాలు అవసరం.

42. మనిషి జీవన, మరణ సమయంలో మాత్రమే సమగ్రుడు. మధ్యలో అతను జీవన ప్రయాణంలో ప్రాపంచిక విషయాల మాయలో చిక్కుకుని ఉంటాడు. ఈ సమయంలో తాను భగవంతునిలో భాగమేనని తెలుసుకుని తన జీవితంలోని ప్రతిక్షణం "ఆనందా"నుభూతిని పొందాలి. భగవత్ ఐక్యత అనే "ఏకత్వం" ఎప్పటికీ అనంతం, అభేద్యం. ప్రాపంచిక విషయాలు పరిమితములు మరియు భేద్యములు.

43. మనకు భగవంతుని యందు శుద్ధమైన భావనలు, విశ్వాసం మరియు శరణాగతి ఉండాలి. ఏ విధంగానైతే ప్రవహిస్తున్న ప్రదేశం బురద చేరక పరిశుభ్రంగా ఉంటుందో అదే విధంగా మన మనసు జీవితంలోని ప్రతి అవస్థ యందు, భగవంతుని యందు పరిపూర్ణమైన శరణాగతి కలిగి ఉండాలి. ఇక్కడ బురద అజ్ఞానికి ప్రత్యేక నిదర్శనమయితే ప్రవహించే నీటి జలధార 'భక్తి'కి, జ్ఞానానికి నిదర్శనం.

44. భక్తి అనేది భగవంతుని లేదా గురువు పట్ల మన అంతర్గతంగా అనుభూతి చెందిన ప్రేమ మరియు శ్రద్ధ. కేవలం అన్నదానం, ద్రవ్యదానం భక్తి కాదు. ఎప్పుడైతే అన్నింటిలో మరియు అందరిలో భగవంతుని చూసినప్పుడు, అప్పుడు మనకు అన్నింటిలో అందరిలో ఏకత్వ మరియు ప్రేమ భావన కలుగుతుంది. ఎందుకంటే మనం అందరం ఒక్కటే గనుక. భగవంతుని సేవ షరతులు లేని ప్రేమతో పరిపూర్ణమైన భక్తితో చేయాలి.

45. పడవ నడుపుటకు తెడ్డు అవసరమైనట్లు మనసును నియంత్రించుటకు శ్వాసపై నియంత్రణ ఉండుట అవసరం. శ్వాసపై నియంత్రణ లేని వాడు తాను కూడ నియంత్రణలో ఉండలేడు. అటువంటి వ్యక్తి యోగి లేక సన్యాసి కాజాలడు.

46. ఎర్రని కళ్ళద్దాలు ధరించిన వ్యక్తికి లోకమంతా ఎర్రగా కనపడినట్లు, దుర్జనుడు లోకాన్నంతా చెడుగానే చూస్తాడు. మంచి, చెడు అనునవి మనం సృష్టించుకున్నవే. మంచిగా ఉండాలని ప్రయత్నించినవాడు మంచిగా ఉంటాడు. మనిషి తాను ఏ విధంగా ఉండాలనుకుంటాడో అలాగే ఉంటాడు.

47. జ్ఞానం చెరుకురసంలా మధురంగా ఉంటుంది. అజ్ఞానం చెరుకుపిప్పి లాంటిది. పిప్పిని పారవేయునుట్లుగా అజ్ఞానాన్ని విసర్జించాలి. శిథిలమైన ఇంటిని విడిచి కొత్త ఇంట్లోకి మారినట్లు మానవుడు ఈ శరీరాన్ని త్యజించి కొత్త శరీరం ధరిస్తాడు.

48. పక్షిగూడు నశించినా పక్షి నశించనట్లు, మానవ శరీరం నశించినా, ఆత్మ నశించదు. ఆత్మ శాశ్వతమైనది. మన శరీరములోని రక్త నాళములు మరియు నాడులు భౌతికమైనవి, కావున నశిస్తాయి. మానవ శరీరంలోని రక్త నాళాలలో "రక్తం" మరియు "రేతస్సు" అను రెండు అత్యావశ్యక శక్తులు ఉంటాయి. మన శరీరం, మాంసము మరియు ఎముకలతో కూడినది, కావున మరణం సంభవించును. ఒక్కరోజు శుభ్రరచకపోతేనే దుర్వాసన చెందే ఈ శరీరాన్ని మనం ఎన్నడూ నమ్మలేము కాబట్టి "ఆత్మ సాక్షాత్కారం" మన విద్యుక్త ధర్మం, బాధ్యత.

49. మనసు ఆలోచనలను సృష్టిస్తుంది. మనసు తన స్థూల స్థితిని వదిలి సూక్ష్మ స్థితిని చేరుటనే సమాధి (నిర్వికల్ప సమాధి) అంటారు. ఏ విధంగా పక్షి పంజరంలో బంధించబడుతుందో అదే విధంగా మనసు బుద్ధితో బంధించబడాలి. పంజరంలోని పక్షికి మాటలు నేర్పినట్లు మనం బుద్ధికి భగవత్సాక్షాత్కర పథాన్ని నేర్పించాలి. అప్పడే మనం దివ్యానందమును అనుభవించగలము.

50. మనలోని చైతన్యం భగవంతుని చైతన్యంలో ఐక్యమవుటయే సమాధి అను దివ్య చైతన్యం. సమాధి అంటే శ్వాసను బంధించడం కాదు. కనులను పైకి నిలపడం, ముక్కుపుటలను వేళ్లతో నొక్కి, శ్వాసను బంధించడం కాదు. సమాధి అంటే సర్కస్ విన్యాసమో లేక సినిమా ప్రదర్శన కాదు. సమాధి అంటే భగవంతునితో ఏకత్వం పొందు స్థితి. ఈ స్థితిలో

ప్రపంచంలోని అన్ని ద్వంద్వాలు, ద్వైత భావము అంతరించిపోతాయి. అందరిలో భగవంతుడు, భగవంతునిలో అందరూ కనపడతారు.

51. సమానత్వ భావనంటే అందరిలో భగవంతుని దర్శించుట. ఈ స్థితియే ప్రపంచంలోని అతి గొప్ప విషయం. ప్రజలు ఉన్మత్తుల వలె ఛాయలను అనుసరిస్తారు, కాని సత్యమైన సూక్ష్మాన్ని చాలా అరుదుగా అనుసరిస్తారు. ఈ ప్రపంచం అశాశ్వతమైనది గనుక ఛాయలాంటిది. మానవులు దైవం కొరకు కాక ప్రాపంచిక విషయాల వెనక ఉన్మత్తులై పరుగులు తీస్తారు. పది లక్షలలో ఒకరు మాత్రమే భగవంతుని యెడల భక్తితో కూడిన పిచ్చి కలిగి ఉంటారు. ఇదే నిజమైన ఉన్మాదం. మిగిలిన వారందరు స్థూలమైన ప్రాపంచిక విషయాలపై పిచ్చి పరుగులు తీస్తారు. అటువంటి వారు ఒక ఘడియలో పదహారు విషయాల వెంట పిచ్చిగా పరిగెడతారు. వారు కోతి మనసులా చంచల మనస్తత్వం కలవారు. ఎప్పుడూ " నాకు ఇది కావాలి, అది కావాలి", "ఇది వేరు" "అది వేరు" అన్నట్లు పిచ్చిగా మాట్లాడతారు. వారు ఈ ప్రపంచంలోని "భిన్నత్వం"లోని "ఏకత్వం" అయిన భగవత్ అనుభవాన్ని పొందలేరు. అనేక కార్యాలు పెట్టుకోవడం, గొప్పతనం కోసం వెంపర్లాడటమే ప్రాపంచిక ఉన్మాదం. సత్యం కొరకు సాధన చేయుట, సత్యాన్ని దర్శించుటయే నిజమైన ఉన్మాదం. ఈ శాశ్వత సూత్రాన్ని తెలుసుకోని వారు, ఈ ప్రాపంచిక స్థూల విషయాల వెంట పిచ్చి పరుగులు తీస్తారు. ముక్తి అనునది

ఒక దివ్య ఉన్మాదం. అందరికి ఏదో ఒక రకమైన పిచ్చి ఉంటుంది. మనం పర లోకాలకు వెళ్ళునప్పడు, మన ఇళ్లను, వజ్రాలను, నగలను, బంగారము, భూముల వంటి ఆస్తులను వెంట తీసుకెళ్ళలేము. మనం జన్మించినప్పడు మన వెంట రాలేదు, మరణించిన తర్వాత వెంట రావు. మరణం తరువాత శాశ్వతమైన ఆత్మ మాత్రమే మనతో తీసుకెళ్ళగలము. ఆత్మసాక్షాత్కారం ఈ జన్మలోనే పొందితే, మోక్షము యొక్క ఆనందము అనుభవించ గలము.

52. ఆత్మ మాత్రమే మన శరీరంలో ఉంటూ, భౌతిక మరణం తరువాత శరీరాన్ని విడిచి వెళ్ళిపోతుంది. భగవంతుడే సృష్టి కారకుడు. అతడు కాలానికి, సృష్టి, స్థితి, లయలకు అతీతుడు. మనిషి జన్మించినప్పడు "ప్రాణం" వెంట తెచ్చుకొని మరణించినప్పడు తిరిగి ప్రాణాన్ని వెంట తీసుకెళ్తాడు. కీర్తి అనేది ప్రాపంచికమే. మన మనసులో ద్వైతం ఉంటుంది. మనిషి యొక్క మనసు భగవత్ చైతన్యంతో ఐక్యం చెందినప్పడు ద్వైతం అనేది ఉండదు. అటువంటి వ్యక్తియే "అవధూత". యోగులు మరియు సన్యాసులు సిద్ధ శక్తుల వెంటపడతారు కాని అవధూత ఏది ఆశించడు.

53. ఎప్పడైతే మానవ చైతన్యం భగవత్ చేతన్యంలో ఐక్యమవుతుందో అప్పడు మానవుడు నిర్మలమైన ఆనందాన్ని పొందుతాడు. ఇదే శివ చేతన్యం. పరమానందం యొక్క అనుభవం మనకు మన శిరస్సులోని బ్రహ్మానాడి (సుషుమ్నానాడి)లో కలుగుతుంది. బ్రహ్మానందమే

పరమానందం. వీటి మధ్య ఏ వ్యత్యాసం లేదు. జీవుడు పరమాత్మలో ఐక్యం చెందినపుడు శివానందం పొందుతాడు. ఇదే "జీవన్ముక్తి". ఈ స్థితియే అనంతమైన ఆనంద స్థితి.

54. "జ్ఞాని" యోగ సాధన ద్వారా ఇహలోక సుఖాలను త్యజించి భగవత్సాక్షాత్కారాన్ని పొందిన వ్యక్తి. భగవత్ చైతన్యంలో గాఢముగా లీనమైనప్పుడు "పరమానందమును" అనుభవించగలం. ఈ దివ్యానుభూతిని పొందినవాడే మహాత్ముడు. మట్టి లేక రాతి బొమ్మలను తీర్థయాత్రలు చేసి దర్శించుకొనిన మహాత్ములం కాలేము. ఎవరైతే తన నిజ తత్వాన్ని భగవత్సాక్షాత్కారం ద్వారా తెలుసుకొన్న వాడే మహాత్ముడు.

55. జనన మరణాలను జయించినవాడు అవధూత. అతను తన భౌతిక శరీరాన్ని ఎప్పుడైన త్యజించగలడు. అతనికి తన శరీరం పైన ఏ మాత్రం ధ్యాస ఉండదు, ఎందుకంటే అతను సదా భగవత్ చైనత్యంలోనే లీనమై ఉంటాడు. అతనిలో ద్వైతం ఏ మాత్రం ఉండదు. అతను ఎవరిని చూసినా, కలసినా ఆనందిస్తాడు. ఆకలి వంటి భౌతిక క్రియలు అతని ఆధీనంలో ఉంటాయి. పాలిచ్చినవారైన, విషమునిచ్చిన వారైన "అవధూత"కు సమానమే. తనను కొట్టేవారు, ప్రేమించేవరు అనే వ్యత్యాసం ఉండదు. అవధూతకు విశ్వమే బంధువు మరియు జననీ జనకులు. తానే విశ్వం, విశ్వమే తాను. విశ్వ చైతన్యంలో శివ చైతన్యంలో మమేకం చెందుతాడు.

56. ప్రాణాయామములో, శ్వాస పీల్చుకోవడం పూరకం, శ్వాసను

లోపల పట్టి ఉంచుట కుంభకం, శ్వాసను వదులుట రేచకం. ఈ మూడు అంతర్గతంగా బయట నుండి గాలి తీసుకోకుండా జరుగుతాయి. మనలోని ప్రాణశక్తిని, వెలుపలి నుండి వాయువు తీసుకోకుండా పైకి పంపగలగాలి. ఈ విధమైన అభ్యాసం వలన మన ప్రాణశక్తి సుషుమ్నానాడి ద్వారానే పయనిస్తుంది. దీని వలన దివ్యానందమును పొందగలుగుతాము. ఈ బ్రహ్మానందాన్ని వివరించడం ఎవరికి సాధ్యం కాదు. ఈ స్థితిలో బాహ్యప్రపంచాన్ని మరిచిపోయి, భగవంతునిలో మమేకం చెంది ప్రపంచానికి అతీతంగా మహోన్నతమైన పరమానందమును పొందుతాము.

57. మానవునికి పరమాత్మ వేరు తాను వేరు అన్న భావన ఉన్నంతవరకు ఈ ప్రపంచంలో ఉంటాడు. భగవంతునిలో తన ఐక్యతను తెలుసుకున్న వెంటనే ఊర్ధ్వ లోకాన్ని సాధించి మోక్షం పొందుతాడు.

58. ఏ విధంగా చిన్న నదులు సముద్రంలో ఐక్యం అయితాయో, అదే విధంగా మనలోని ప్రాణవాయువును నియంత్రణలో ఉంచి, మనసును ఆత్మలో లీనం చేయాలి. ఇదే భగవత్సాక్షాత్కారం.

59. ఈ దృశ్య ప్రపంచం అస్థిరమైనది మరియు నశ్వరము (నశించేది), నిత్యము శాశ్వతముగా ఉండేది భగవంతుడే. సాధకుడికి యోగ సాధనలో ప్రగతి వల్ల తనలో నాదం వినబడుతుంది. నాదములు పది రకములు, వీటినే

దశనాదములు అంటారు. అదే విధంగా సాధకునకు "బిందు" అనే అంతర్కాంతి అతని దివ్యచక్షువులకు కనపడుతుంది. ఈ పరిణామాలు మనలో జరుగుతున్నప్పుడు మన మనసుని "బిందు" మరియు "నాదం" మీద కేంద్రీకరించాలి. ఎప్పుడైతే మన మనసు ఈ విధంగా నిమగ్నమై ఏకాగ్రత చెందినప్పుడు అది ఆ బిందు లేక నాదంలో లీనమౌతుంది. ఈ స్థితిలో మనసు తన అస్థిత్వాన్ని కోల్పోయి భగవంతునిలో ఐక్యం చెందుతుంది. ఇదే ఏ ఆలోచనలు లేని "నిర్వికల్ప సమాధి" స్థితి. ఈ స్థితిలో అందరిలో భగవంతుడు, భగవంతుడిలో అందరూ కనబడతారు. ఇది ఆధ్యాత్మికతలోనే ఉత్కృష్టమైన స్థితి. "నిర్వికల్ప సమాధి" చేరిన వారి ధ్యాస అంతా పరమానందం పైన ఉంటుంది. ప్రాపంచిక విషయముల పైన ఆసక్తి లేక కోరికలు మిగలవు. ఎప్పుడైతే మూలాధారంలో మొదలైన కుండలిని శిరస్సులోని బ్రహ్మరంధ్రాన్ని చేరుకుంటుందో అప్పుడు నిర్వికల్ప సమాధి స్థితిని పొందుతాం. దీనికై ధ్యానం త్రికోణాకార భ్రూమధ్యంలో కేంద్రీకరించినపుడు ప్రాణశక్తి బ్రహ్మరంధ్రంలో ప్రవేశిస్తుంది. ఈ స్థితిలో జ్యోతులకే జ్యోతియైన భగవంతుడు మన దివ్య చక్షువులకు గోచరిస్తాడు. ఈ స్థితిని పొందడమే "ముక్తి", అనంతమైన ప్రమోదం. ఇదియే మన మనసు విహరించవలసిన "హృదయాకాశము", "చిదాకాశము". ఈ చిదాకాశములో విహరించే భగవంతుని నుండి వేదములు వెలువడినాయి. "చిదాకాశం" యొక్క సాక్షాత్కారం వల్ల అందరిలో పరమాత్మను చూడగలం. "చిదాకాశం" జీవాత్మ యొక్క నిజమైన నివాసము. జీవుడు శివునిలో ఐక్యం

చెందినపుడు మోక్షం చిదాకాశంలో లభిస్తుంది.

60. జీవుని నిజమైన నివాసము, నిరాకారము మరియు అఖండము. భగవంతుడు చల మరియు అచల వస్తువులలో విస్తరించి ఉన్నాడు. అతనే వేదాలకు మూలం, ఈ శరీరానికి యజమాని, జీవశక్తి, సర్వస్వం. భగవంతునిలో ఐక్యత చెందుటకు, భగవతనుభూతి పొందుటకు నిరంతర ధ్యానం చేసినచో భగతనుభూతి కలిగి భగవంతునిలో ఐక్యత చెందుతాము. అందుకే ధ్యానం తప్పక చేయవలెను.

61. ఏకైక పదార్థం (సత్యం) అయిన భగవంతున్ని ధ్యానించువాడే సన్యాసి. అతడే యోగి. "హీనత్వం అన్నది మనము బాహ్యంగా ఆచరించే పనులలో మాత్రమే ఉంటుంది. అంతర్గతంగా, సూక్ష్మ ఆత్మ స్థితిలో అందరూ ఒక్కటే, ఏ వ్యత్యాసం ఉండదు. ఈర్ష్య, అసూయ, గర్వం కలవాడే హీనుడు, చండాలుడు. ఇటువంటి వారే ధర్మం, మతం గురించి వృధా చర్చలు జరుపుతారు మరియు ఇతరుల గురుంచి వారి వెనకాల చెడుగా మాట్లాడతారు. మనలోని దుష్ట లక్షణాలే చండాలత్వం, హీనత్వం. ఈ లోకంలో దుష్ట పనులు చేసేవాడే హీనుడు కాని త్రికరణ శుద్ధితో తన పని చేసుకునే కుప్పవాడు కాదు. కుట్టడం అంటే సూదీ దారముతో కుట్టడం కాదు, మనసుని బుద్ధితో కుట్టడం. మనసుని బుద్ధిలో లీనం చేసి ఆ రెంటినీ ఆత్మలో లీనం చేయడం. స్త్రీ, పురుషులలో భౌతికంగా వ్యత్యాసం ఉంటుంది, కాని మనిషిలోని అంతర్గత లక్షణాలలో వ్యత్యాసం గమనించాలి. బాహ్యంలో లీనమైన వ్యక్తి నిజమైన 'స్త్రీ'. అలాగే

అంతర్గతంగా సూక్ష్మ ఆత్మలో లీనమైన వ్యక్తి నిజమైన "పురుషుడు". నిశ్చల బుద్ధిగలవాడే నిజమైన పురుషుడు. అదే విధంగా చంచల స్వభావం కలవాడు నిజమైన స్త్రీ. మనసు మరియు బుద్ధి తన ఆత్మలో లీనమైన స్థితిలో భౌతికంగా స్త్రీయైనా, తాను ఆధ్యాత్మికంగా పురుషునిగా పరిగణించబడుతుంది.

62. ఈ శరీరం ఆత్మ నివసించే గుహ (గృహం). మన శరీరంలో నివసించే ఆత్మ, బంధముల నుండి విముక్తి చెంది మోక్షం చెందాలి. ఈ జన్మలోనే ఆత్మ ఈ శరీరంలో నివాసమున్నప్పుడే ముక్తిని పొందాలి. బాహ్యంగా శరీర భాగాలు వేరైన, సూక్ష్మ దృష్టిలో అన్ని ఒక్కటే. జీవాత్మ సాక్షాత్కారం అయినప్పుడు, ద్వైతం మాయమౌతుంది. విశ్వమంతా ఒక్కటవుతుంది. ఓంకారమే ప్రణవం. "ఓం" దేహం లేనిది, నిరాకారమైనది. ఓంకారం యొక్క శక్తి రూపమే ప్రణవం.

63. భక్తి మొదట్లో స్వార్థంతో కూడుకుని ఉంటుంది. భగవత్సాక్షాత్కార సాధనలో సాధకునిలో తను అధ్యాత్మికంగా చాలా గొప్పవాణ్ణి కావాలన్న కాంక్ష ఉంటుంది. సాధనలో పురోభివృద్ధి సాధించిన తరువాత ఈ ఆశలన్నీ మాయమై పరిపూర్ణమైన, నిస్వార్థ భక్తుడుగా మారుతాడు. ఎప్పుడైతే సాధకుడు పరిపూర్ణతను పొందుతాడో అప్పుడు సృష్టియంతటిలో భగవంతుణ్ణి చూస్తాడు. అప్పుడు అతనికి ఈ విశ్వమంతా గురువే.

64. హఠయోగం స్వార్థం కలిగి ఉంటుంది, కాని రాజయోగం

పరిపూర్ణంగా నిస్వార్ధమైనది. హఠయోగంలో కీర్తికాంక్ష ఉంటుంది, ఒక వ్యక్తి తన స్వార్థాన్ని, స్వంత లాభాన్ని కోరుకుంటాడు. తాను రేపటి సూర్యోదయాన్ని ఆపగలిగే శక్తిని, కొండను బంగారంగా మార్చ గలిగే శక్తిని కాంక్షిస్తాడు. రాజయోగిలో ఎప్పడు అలాంటి ఆకాంక్షలు ఉండవు. అతను అన్నింటికి ఆ భగవదనుగ్రహం పైన ఆధారపడతాడు. “అహం బ్రహ్మాస్మి” అనడం సరికాదు. దీని వలన మనలో సర్వ శక్తిత్వం భావన కలుగుతుంది. దీని వలన మనలో అహంకారం పెరిగే ఆస్కారం ఉంటుంది, కావున మానవుడు ఎల్లవేళలా “భగవంతుడా నీవే సర్వస్వము, సర్వము నీవే” అని అనుకోవాలి. నిజమైన యోగి సర్వులను తనలాగా మరియు తనను సర్వులుగా పరిగణిస్తాడు. మానవుని నిజమైన వైఖరి ఇలాగే ఉండాలి.

65. కేవలం గుహలో జీవించడము వలన ఏమి ప్రయోజనం ఉండదు. మనసుని పరిత్యజించడమే నిజమైన పరిత్యాగము. ఒక వ్యక్తి అడవులకు వెళ్లి గుహలో జీవిస్తే ఈ లోకానికి ప్రయోజనం ఉండదు. అతను గుహలో నివసించే మృగంతో సమానం. అలాంటి వ్యక్తుల కన్నా మైలు రాళ్ళు మేలు, కనీసం వాటి వల్ల దూరాన్ని కొలవగలము. బుద్ధిమంతుడు క్రమేణా ఈ ప్రపంచాన్ని త్యజిస్తూ ఉంటాడు. ఈ సంసార ప్రపంచంలో ఉంటూనే దానికి దూరంగా ఉండగలగాలి. ఏ విధంగా మన ఆకలి తీర్చుకోవడానికి మనమే ఆహారం తీసుకోవాలో అలాగే మనకై మనమే భగవదనుభూతిని పొందాలి. పరుల

అనుభవాలు మనకు ఉపయోగపడవు. భగవత్సాక్షాత్కారం అనేది మన స్వానుభవంలోకి రావాలి. అజ్ఞానమే నిజమైన అంధకారం. వెలుతురు చీకటిని పోగొట్టినట్లు, జ్ఞానం, అజ్ఞానాన్ని పారద్రోలుతుంది. ఎవరైతే జ్ఞానమనే కవచం కలిగి ఉంటారో వారు ప్రాపంచిక ముళ్ళబాటను దాటడానికి భయపడరు. జ్ఞానమనే వెలుతురు ఉన్న వ్యక్తి చీకటి దారికి భయపడడు. జ్ఞానం చీకటి దారికి వెలుతురులాంటిది.

66. ఫలాపేక్షతో చేసే తపస్సు వెయ్యేళ్ళు చేసినా ఫలితం ఉండదు. ప్రతిఫలాపేక్ష లేని తపస్సు ఒక గడియయైన చాలు. మనం అందరిలో భగవంతుణ్ణి, భగవంతునిలో అందరినీ చూడగలం. అట్లాంటి నిష్కామస్థితియే ముక్తి.

67. హఠయోగం ద్వైతంతో కూడినది, రాజయోగం ఉత్తమమైనది. మనము చేసే ఏ కార్యమునైనా మనము స్వయంగా చేస్తున్నామనుకోకుండా, అవన్నీ భగవంతుడే స్వయంగా చేస్తున్నాడని, మనం వాటిని అమలు పరిచే మధ్యములమని భావించాలి. సముద్రనీటి నుండి ఉప్పు తయారవుతుంది. ఉప్పుని నీటిలో కలిపితే మరల కలిసిపోతుంది. అలాగే పరమాత్మ నుండి ఉద్భవించిన మాయ తిరిగి అతనిలోనే ఐక్యమవుతుంది.

68. ప్రాణం శ్వాస, పరిపూర్ణంగా శ్వాసలో లీనం కావడమే వేదాంతం. వేదాంతం అఖండం, అవిభాజ్యము మరియు ఛేధింపరానిది. వేద పారాయణం జిహ్వాము నుండి కాక

కంఠంలో నుండి చేయాలి. వేద పఠనం చేస్తున్నప్పుడు మన అంతర్‌శ్వాసతో శ్వాస తీసుకోవాలి. ఈ రహస్యము తెలిసినవారే బ్రాహ్మణులు. వేదమంటే "ఓం" అనే ఒక్క అక్షరం. "ఓం" సాక్షాత్కారం చేసుకున్నవారు వేదము యొక్క లక్ష్యం మరియు ముగింపు సాధించగలరు. వేదమే మనకు ప్రేరణ ఇచ్చే జ్వాల. వేదాంతం నిరాకారం, మార్పు లేనిది మరియు అవిభాజ్యము. వేదము జ్యోతి కారకము. యోగములో దివ్యత్వము సాధించడమే అసలైన వేద పఠనం.

69. మన శరీరంలోని నాడులన్నిటినీ వేదాంత విచక్షణతో నింపాలి. ఈ విచక్షణ వేద పఠనం మరియు సమీకరణ వల్ల సాధించగలము. సైకిలు చక్రంలో గాలి నింపినట్లుగా మన శిరస్సులోని అత్యున్నత స్థానమైన బ్రహ్మ రంధ్రాన్ని ప్రాణశక్తితో నింపి అక్కడ ప్రాణశక్తిని పరమాత్మలో ఐక్యము చేయాలి. మన శరీరంలో నాడులన్నిటినీ క్రమంగా ఒక్కొక్కటి శుద్ధి చేయాలి. బుద్ధి మరియు మనసు పరమాత్మలో ఐక్యం చెందాలి. ఎప్పుడూ పరమాత్మతోనే ఉండి, అతనితోనే ఆటలాడుకోవాలి. ఇదే అన్నిటిలో మనిషి సాధించే ఉత్కృష్టమైన స్థితి. దీనికన్నా ఉన్నతమైన స్థితి లేదు. మన మనసు ప్రపంచాన్ని వైరాగ్య దృష్టిలో చూడాలి. పై అంతస్తు నుండి చూచినట్లుగా ప్రపంచాన్ని గమనించాలి. మన మనసు ప్రపంచాన్ని అధిగమించాలి. బుద్ధి యొక్క స్థానం ఉన్నతమైనది. బుద్ధి జ్ఞానంలో ఏకమై ఆ రెండూ మహోన్నతమైన, సర్వోత్కృష్ఠమైన పరబ్రహ్మలో ఐక్యం కావాలి. ఈ స్థితికి చేరినపుడు మనం ఆనందామృతములో ఐక్యం

కావాలి. కుండలిని జాగృతం చేయాలి. ఏ విధంగా చంటి బిడ్డను ఊయలలో వేసి ఊపినట్లుగా మన ధ్యానాన్ని శిరస్సులో కేంద్రీకరించి అక్కడ జరిగేది గమనించాలి. పరమానందం, సదానందం మన శిరస్సు నందే కలవు. శివలింగం కూడ మన శిరస్సు నందే కలదు. మనం ఆ లింగంలో ఐక్యం కావాలి.

70. మనం అగ్గిపుల్లని అగ్గిపెట్టె రాపిడి ద్వారా ఏ విధంగా ప్రజ్వలింప చేస్తామో అలాగే మనం నిత్యం ప్రాణాయామాన్ని అభ్యసించి "కుండలిని శక్తి" అనే అగ్నిని ప్రజ్వలింప చేయాలి. మనసుని బుద్ధికి అధీనం చేసి సూక్ష్మ విచక్షణని పెంచుకోవాలి. మనసు అగ్గిపుల్ల వంటిది, బుద్ధి అగ్గిపెట్టె వంటిది, మనసు బుద్ధితో రాపిడి చెంది, జ్ఞానమనే అగ్నిని ప్రజ్వలితం చేస్తుంది. పరిపూర్ణత సాధించిన వ్యక్తి జ్ఞానాన్ని ఇతరులకు పంచాలి. సూక్ష్మ విచక్షణ కలిగిన వారికి మాత్రమే ఇది పంచాలి.

71. ఆకలిగా లేని వ్యక్తికి భోజనం ఇస్తే ఎలా అజీర్తి చేస్తుందో అలాగే ఆధ్యాత్మిక జ్ఞానం అపాత్రులకు ఇవ్వడం వల్ల ఆధ్యాత్మిక అజీర్తి కలుగుతుంది. లౌకిక ప్రపంచంలో మునిగిన వాళ్ళకు ఆధ్యాత్మిక జ్ఞానం పట్ల ఆసక్తి ఉండదు. బట్టలు నిండుగా ధరించిన వానికి చలి ఎక్కువగా ఉంటుంది. కడుపు నిండుగా ఉన్న వానికి ఆకలి ఉండదు. అలాగే ఇంద్రియములకు వశుడైన మానవుడికి ఇంద్రియములు ఎక్కువ కష్టం కలిగిస్తాయి. ఇంద్రియములను ఉపేక్షించటం ద్వారా వాటిపై ఆధిపత్యం, నిగ్రహం సాధించవచ్చు. ఆధ్యాత్మిక జ్ఞానంపై నిజమైన ఆసక్తి,

తాపత్రయం ఉన్నవారికి మాత్రమే దానిని ఇవ్వాలి.

72. కుండలిని హృదయాకాశంలో అంతర్గతంగా ప్రయాణించాలి. ఈ అంతర్గతమైన ప్రయాణమే నిజమైన తీర్థయాత్ర, దీని వల్లనే ముక్తిని ఆస్వాదించగలము. కాశి, బ్రహ్మానందపురి, శివానందపురి ఇవన్నీ మన శిరస్సులోనే ఉన్నాయి. ముందు కాశికి వెళ్ళి, శివానందపురి చేరుకొని చివరగా బ్రహ్మానందపురిలో ఆగాలి. ఇదే హృదయాకాశం లేదా చైతన్యాకాశం. కుండలిని శక్తి జాగృతమైన తరువాత శివుడు, శక్తి బ్రహ్మానందపురిలో ఐక్యం చెందుతారు. ఈ స్థితిలో సంపూర్ణ ఆనందానుభవం వస్తుంది.

73. ఒక మనిషి తనను తాను తెలుసుకోవాలి. ఆత్మ సాక్షాత్కారమే లక్ష్యంగా ఉండాలి. మనసును ఆధీనంలో ఉంచుకున్నవాడే నిజమైన మనిషి. అతనే తపస్వి, యోగి. అందరిలో ఆత్మను చూసేవాడే యోగి. ఈ సమస్త సృష్టిలో భగవంతుని ఉనికిని చూడాలి. ఎండలో తిరిగిన వ్యక్తి చీకటి గదిలోకి ప్రవేశిస్తే ఏమి కనిపించదు. సూర్యుని ఐదు నిమిషాలు చూచిన తరువాత చీకటి గదిలో ప్రవేశిస్తే ఏమి కనిపించదు. అలాగే మనకు విశ్వం శూన్యంలా గోచరమైనపుడు అత్యున్నతమైన నిర్వికల్ప సమాధి స్థితి సిద్ధిస్తుంది. ఈ స్థితిలో మనకు కనిపించే విశ్వమంతా శూన్యమే. అంతర్దృష్టియే అసలైన దృష్టి. ఇది మన దివ్య చక్షువులతో చూడాలి. ఇదే ప్రతి మానవుని జీవిత లక్ష్యం.

74. అరటిపండు తీయగా ఉంటుంది, కాని అరటికాయ ఉండదు.

ఈ తేడా సమయం వలన కలుగుతుంది. ఒక వ్యక్తి ఇంకో వ్యక్తి కంటె ఉన్నతుడు కాదు. అందరూ ఒకే వర్గానికి చెందినవారు. ఆధ్యాత్మిక సాధన ప్రారంభ దశలో ఉన్నవాడు పరిపూర్ణతను సాధించలేడు. తనలోని ప్రాపంచిక రాగద్వేషాలను నిర్మూలించగలిగినవాడు పరిపూర్ణుడు. బాగా ఎదిగిన కొబ్బరిచెట్టు ఎలా నిశ్చలంగా ఉంటుందో అలాగే మన మనసు పరుల ఆలోచనలకు, మాటలకు ప్రభావితం చెందకుండా మన ఆధీనంలో నిశ్చలంగా ఉండాలి. మనసు మన ఆధీనంలో ఉండి ఆత్మ నుండి విడిపోకూడదు. ఇతరులను శారీరకంగా దెబ్బ కొట్టకుండా మానసికంగా దెబ్బ కొట్టాలి, అంటే మనలోని దివ్యత్వానికి వారు ఆకర్షితులై విశ్వైక్యత భావం పొందాలి.

75. మనసు అన్ని బంధములకు హేతువు, ముక్తికి కూడా మనసే మూల కారణం. మంచి, చెడు, పాప పుణ్యాలు, యోగ్యత, అర్హత అన్నింటికి మనసే కారణం. మనసు నశిస్తే, వాక్కు, మాట ఉండదు. మనసు లేకపోతే ఏ విషయం, ఆలోచన రాదు, పోదు, కాని మనసు లేకుండా ఏది సాధ్యం కాదు. మనసే అన్ని కష్ట నష్టములకు మూల కారణం. మనకు గోచరించే సృష్టి అంతా మనసు వల్ల కలిగే భ్రమ. మనసే మాయ. ఉదాహరణకు ఆంగ్ల భాషలో మాట్లాడుట, వ్రాయుట రెండు వస్తేనే ఆ భాషలో ప్రావీణ్యం సాధించగలం. మాట్లాడుట మాత్రం వచ్చి వ్రాయుట రాకపోతే ఆ భాషలో ప్రావీణ్యత లేనట్లే. అలాగే భగవదనుభవంపై అవగాహన లేక అతని దివ్య ఆనందాన్ని,

అనుభూతి గురించి తెలుసుకున్నంత మాత్రమున ఎవరు భగవత్సాక్షాత్కారం పొందలేరు. భగవంతుని గూర్చి పరిపూర్ణ అవగాహన కలగాలంటే అతని యొక్క దివ్యమైన ఆనందాన్ని మనం అనుభవించాలి. ఇదే పరిపూర్ణత.

76. భగవంతుని ఉనికి తెలిసినంత మాత్రాన సరిపోదు. భగవంతున్ని మరియు అతని దివ్యమైన పరమానందాన్ని సాక్షాత్కారం చేసుకోవాలి. అయిదేళ్ల బాలుడికి కూడ భగవంతుడున్నాడని తెలుస్తుంది, కాని ఎక్కడున్నాడని, అతన్ని ఎలా పొందగలమనేది తెలియదు. దేవుడు మన హృదయాకాశంలోనే ఉన్నాడు. నిస్వార్థ భక్తి విశ్వాసాలతో, సంపూర్ణ శరణాగతి ద్వారా భగవంతుని సాక్షాత్కారాన్ని పొందవచ్చు. సూర్యునికి అందరూ కనపడతారు, కానీ ఏ లక్ష, రెండు లక్షల మందిలో కొద్దిమంది మాత్రమే సూర్యుని చూడగలుగుతారు. అలాగే భగవంతుడు మన శుద్ధ చైతన్యంలోనే ఉన్నా సామాన్య మానవుడు తన అజ్ఞానం వల్ల ప్రాపంచిక దుష్కృత్యములు, కల్మషములు, శారీరక వాంఛల వల్ల భగవత్సాక్షాత్కారం పొందలేడు. భక్తి ద్వారా మనం అంతర్గత శుద్ధి చెందుతూ భగవత్సాక్షాత్కారాన్ని తద్వారా ముక్తిని పొందవచ్చు.

77. తన చిత్తమును సత్యముతో, జీవుని శివునితో, మనసుని బుద్ధితో ఐక్యం చేసినవాడే స్వామి. ద్వైతము పూర్తిగా నశించి ఆత్మలో, భగవంతునిలో ఏకత్వాన్ని సాక్షాత్కరించుకున్నవాడే స్వామి. ఉపాధి అనేది శాంతి వృక్షము. స్వామి లేదా సన్యాసి ఈ వృక్షాన్ని ఆశ్రయించాలి. వీరు అత్యున్నతమైన శాంతిని పొందాలి.

78. ఎప్పడూ పరబ్రహ్మంలో ఐక్యమైనవాడే బ్రహ్మచారి. అతను ఏ కులస్తుడైనను ఉండవచ్చు. ఒక వ్యక్తి శాశ్వతముగా, పరిపూర్ణముగా పరబ్రహ్మలో ఐక్యత చెందినప్పడు అతను ఏ కులస్తుడైనను 'బ్రాహ్మణునిగా' పరిణితి చెందుటను ఎవరూ ఆపలేరు. ఈ శాశ్వత సత్యాన్ని తెలిసుకొన్నవాడే స్వామి. దండమును, కాషాయ వస్త్రములను ధరించి, భగవద్గీతను చర్చించినంత మాత్రమున ఒక వ్యక్తి స్వామి కాలేడు. అంతర్గత శుద్ధి వల్లనే ఒక వ్యక్తి నిజమైన స్వామి కాగలడు.

79. అగ్నిలో కాల్చిన బంగారంలాగా, మన మనసులోని కల్మషములు తొలగించిన పిదప అది కాంతివంతంగా ప్రకాశిస్తుంది. మనసు శుద్ధి చెందిన తర్వాత, బాహ్య ప్రపంచం, అంతర్దృష్టిలో గోచరిస్తుంది. అప్పడు ఆ వ్యక్తిలో విశ్వం, విశ్వంలో అతను ఉంటాడు. తనలోని అంతర్ శత్రువులైన అరిషడ్వర్గాలను అనగా కామ, క్రోధ, లోభ, మద, మాత్సర్యములను నశింపచేయగలిగినవాడు భగవంతుని ప్రత్యక్ష సాక్షాత్కారం పొందుతాడు. ఆత్మ పరిశీలన ద్వారా మనిషి తనలో తాను అంతర్గతంగా సంచరించాలి. మనసు ఎప్పడు స్థిరంగా ఉండదు. మనసును బుద్ధిలో ఐక్యం చేస్తే దాని చపలత్వం తొలగిపోతుంది.

80. మనిషిలోని కల్మషత్వం అతని నిజ స్వరూపాన్ని కప్పివేస్తుంది. తనలోని వాసనల వల్ల మనిషి తన నిజ స్వరూపాన్ని మరచిపోతాడు. మబ్బులు సూర్యుని కప్పివేసినట్లు, వాసనలనే మబ్బులు మనిషి నిజ స్వరూపాన్ని కప్పివేస్తాయి. మేఘములు

చెదిరిపోయిన తర్వాత సూర్యుడు ఎలా ప్రకాశిస్తాడో అలాగే మనిషి యొక్క నిజ స్వరూపం ఈ వాసనలు తొలగిన తరువాత ప్రకాశిస్తుంది. "ఓం"కారం, ప్రశాంతతకు ఒక స్థూపము, ఆకృతి. ఓం! ఓంకారానికి అభివాదం.

81. భగవంతుని అనుగ్రహం పొందుటకు ఆహార విషయంలో ఏ ఖచ్చితమైన నియమాలు లేవు. పరిమితము అన్నది ఒక్కటే నిబంధన. సాధకుడు తన సాధనకు భంగం వాటిల్లకుండా కడుపుని సగం భోజనంతో, నాల్గవ వంతు నీటితో నింపాలి. అతిగా నిద్రించకూడదు.

82. అగ్ని అన్నిటినీ మంచి, చెడు వ్యత్యాసం లేకుండా దహించి బూడిద చేస్తుంది. మనిషి అలా కాకుండా తాను చేసే కర్మల గురించి తానే తెలుసుకోవాలి. ఏ కర్మనైనా నిర్మల భావాలతో, ఆలోచనలతో ఆచరించాలి. చెడు బుద్ధితో కర్మలను ఆచరిస్తే ఈ కర్మల యొక్క పర్యవసానాన్ని అజీర్తిలాగా అనుభవించక తప్పదు. శుద్ధమైన భావనతో ఏ కర్మను ఆచరించినా వారికి ఏ విధమైన హాని జరగదు. మనము కడుపు నిండుగా కాకుండా మితముగా భుజించాలి, పరిమితంగా నిద్రించాలి.

83. మెడ చుట్టూ బంగారు గొలుసులు, చెవులు, కమ్మలు, చేతి వేళ్లకు ఉంగరాలు ధరించిన వారు ఎల్లప్పుడూ భయంతో ఉంటారు. అలాగే ప్రాపంచిక కోరికలు ఎక్కువగా ఉండి, వాటితో మనసు నిండినపుడు మరణం పట్ల భయం ఉంటుంది. ఏ ఆభరణాలు లేని వారికి ఎలా దొంగల భయం

ఉండదో అలాగే ఏ కోరికలు లేని వారికి ఏ భయం ఉండదు. మనలోని 'అహం' భయాలకు హేతువు. "అహం" ఉన్నంతవరకు ఈ భయాలు తప్పవు.

84. భయం, భ్రాంతి వల్ల కలుగుతుంది. భయమనేది మనసు కల్పించినదే, అది అహం యొక్క ఒక రూపమే. జ్ఞాన చక్షువులతో చూచినచో అంతటా ఒక్కటే ఏకత్వం కనబడుతుంది. అందుకే, అంతర్దృష్టి ఉన్నవారికి భయం ఉండదు. ఎలాగైతే ఒక అంధుడికి బండిని గురించి వర్ణించడం ఎంత అసాధ్యమో అలాగే ఆధ్యాత్మిక గురువు లేని వాడికి ఈ ప్రపంచంలో భయం లేని స్థానం లేదు. గురువు అనుగ్రహం లేకుండా ఆత్మ సాక్షాత్కారం అసంభవం. కనుక, సద్గురువుకు పాధాభివందనం చేయాలి. అప్పడే మనకు భగవంతుని సాక్షాత్కారం సిద్ధిస్తుంది.

85. ఆహార భరితం అంటే ప్రాణ భరితం. ఆహారమే ప్రాణం. ఒక పెట్టెలో భద్రపరిచిన డబ్బు ఖర్చు పెట్టకపోతే మిగిలిపోతుంది. ఖర్చు పెడుతుంటే డబ్బు ఎలా తరుగుతుందో, అలాగే మన ప్రాణశక్తి సరిగ్గా ఉపయోగించనప్పడు తొలగిపోతుంది. డబ్బు మన జీవితమైతే పెట్టె మనసులోని బుద్ధి. పెట్టెకు ఏమి అవసరం లేదు. అలాగే మనిషి తనను తాను తెలుసుకంటే, ఇంకేమి అవసరములు ఉండవు. తన అంతర్గత సాధన వల్ల, తనలో వున్న ప్రాణశక్తిని శిరస్సులోని బ్రహ్మ రంధ్రానికి చేర్చి, అక్కడ శివునిలో ప్రాణశక్తి ఐక్యమైనప్పడు ఇంక ఏమి అవసరం లేదు. ఆహారమనేది మనసు కిందికి పోకుండా నిలిపి దివ్యమైన

సుషుమ్న అనే మధ్య పథానికి దారి చూపిస్తుంది. మనసును లౌకిక విషయముల నుండి మరల్చడమే ఆహారం.

86. శ్రద్ధా భక్తులతో రామనామం జపిస్తే నిజమైన ఆనందం లభిస్తుంది. రామనామము ఆనంద హేతువు. రామ నామమే ఆనందం. శాశ్వతమైన ఆత్మానందం కలిగించేది రామనామం. రాముడే మనసుకు అధిపతి. ఐదు జ్ఞానేంద్రియాలు, ఐదు కర్మేంద్రియాలు కలిసిన పది ఇంద్రియాలను శాసించేది రాముడే. విశ్వానికంతటికీ రాముడే సర్వాధిపతి. మనలోని దుష్టత్వమే రావణుడు. ఎలాగైతే రావణుని రాముడు యుద్ధములో సంహరించినట్లు, చెడు గుణాలను మంచి గుణములు సంహరించాలి. మన బుద్ధియే సీతమ్మ. లక్ష్మణుడు అంటె ఏకాగ్రత, మనసుని అదుపులో ఉంచగలిగేవాడు. లక్ష్మణుడు రాముని నీడలా వెంబడించినట్లు, మన ధ్యాస ఎప్పుడూ ఆత్మలోనే ఉండాలి. మన నీడ మనను అనుసరించినట్లు, మనము ఏకాగ్ర దృష్టితో మన ఆత్మనే అనుసరించాలి. తనని తాను తెలుసుకోవడమే కృష్ణ చైతన్యం. ఆత్మ సాక్షాత్కారం కృష్ణుడు.

87. మానవుడు భగవత్‌సృష్టికి పరాకాష్ఠ. ఈ సృష్టిలో మానవుడు మకుటంలాంటి వాడు. అతనికన్నా మించినది లేదు. ప్రాణులలోకెల్ల ఉత్కృష్టమైన వాడు. మనుషలలో సూక్ష్మాన్ని గ్రహించేవారు శ్రేష్ఠులు. ఆత్మ సాక్షాత్కారం పొందినవాడే అందరిలో గొప్పవాడు.

88. “ఏకాదశి” ఉపవాసానికి ప్రసిద్ధి. ఏకాదశి అంటే భగవంతునిలో

ఐక్యమై చేసే ఉపాసన. ఈ ఏకత్వాన్ని అనుభవించిన వారికి ప్రతి రోజూ ఏకాదశే. మనం అశాశ్వతమైన శరీరం మరియు ప్రాపంచిక విషయముల గూర్చి ఎక్కువగా పట్టించుకోకుండా, సూక్ష్మధ్యానం పైన ఎక్కువ సమయం గడపాలి.

89. నిష్కామత్వం పలు రకములు. స్మశానములో కాలుతున్న శవాన్ని చూచి అర్థం చేసుకొని నిరర్ధకమైన శరీరంపై తాత్కాలిక నిష్కామత్వం వస్తుంది. దీర్ఘకాల సాధన తరువాత వచ్చే నిష్కామత్వం మనిషి జీవిత లక్ష్యం. ఈ నిష్కామత్వం ఆత్మ సాక్షాత్కార సాధనలో మొదట కలిగేది, అతి ముఖ్యమైనది. తరువాత గురువు అనుగ్రహం, ఉపదేశం పొందాలనే తపన రెండవది. నిష్కామత్వం నుండి ఆ మనిషికి విముక్తి కలుగుతుంది. కామ క్రోధముల వంటి అరిషడ్వర్గాలను సమూలంగా ఖండించిన తరువాత శాశ్వతమైన నిష్కామత్వం సిద్ధిస్తుంది. సంసారంలో కొంతకాలం ఉండి, దాని సుఖములను కొద్దిగా అనుభవించిన తర్వాత త్యజించుట మాధ్యమిక నిష్కామత్వం.

90. శ్రద్ధ అనే బీజము నుండి ఆధ్యాత్మిక వృక్షం మొలకెత్తుతుంది. అలాగే మనసును ఆధీనములో ఉంచుకున్నవారికి ఏ వాసనలు మిగలవు. వాసనలకు మూలం మనసే. మనసులోని భ్రాంతి వల్లనే మనకు అయిదారు వేలు పెట్టి వజ్రాన్ని కొనాలనిపిస్తుంది. మనకు వాసననేది లేనప్పుడు వజ్రం విలువ మట్టి విలువ ఒక్కటే. అలాగే భగవత్సాక్షాత్కారం పట్ల తీవ్ర కాంక్ష, తపన లేని వారికి దివ్యానందం కూడ తెలియదు. దాని గురించి

శ్రద్ధ వహించరు. అది వారికి నిరర్ధకము.

91. భూతములు ఐదు కాదు, నాలుగే. అవి భూమి, నీరు, అగ్ని, వాయువు. ఆకాశము పంచ భూతములలో ఒక భూతము, కాని తత్వము కాదు. ఆకాశము అవిభాజ్యమైన ఏకత్వం. ఆకాశం వాయువుకు పైన ఉంటుంది. సముద్రం విస్తరించిన భూమికి సరిహద్దు. భూమి ఒక పీఠిక, తల్పం. ఆకాశమే ఇల్లు. దీనిపైన వాయువు, క్రింద భూమి. భూమి ఎరుపు, వాయువు తెలుపు. నాలుగు తత్వాలతో కూడిన భూమి గుండ్రంగా ఉండదు, త్రికోణాకారంలో ఉంటుంది. ఇక్కడ భూమి అంటే త్రికోణం లేక మన ఆజ్ఞాచక్రం. ఇదే భ్రూమధ్యము. ఇడా, పింగళ నాడుల మధ్య ఉండునది సుషుమ్న. సుషుమ్ననాడి అవిభాజ్యమైనది. ఈ స్థానమే పరబ్రహ్మం.

92. వాయువు సర్వత్రా వ్యాప్తి చెందినది. అంతటా అన్నిటిలో వ్యాపించి ఉంటుంది. అడ్డు తొలగించిన దీపపు గాజుబుడ్డి ఎలాగైతే ఉజ్వలంగా ప్రకాశిస్తుందో అలాగే కల్మషములు తొలగిన మనసు దేదీప్యమానంగా ప్రకాశిస్తుంది. మనిషి ఆత్మ పరబ్రహ్మతో ఐక్యం పొందినా, శరీర పరిమితులు అతనిని విడువవు. అలాగే జ్ఞానులకు కూడ శరీర పరిమితులు వర్తిస్తాయి. గాఢ నిద్రలో ఉన్న మనిషికి పాము కాటు తెలియనట్లు, దాని వల్ల ప్రభావితం కానట్లు, జ్ఞానులకు కూడ శరీర స్పృహ ఉండదు. శారీరక అవస్థలు వారిపై ప్రభావం చూపవు. ద్వైత భావం పూర్తిగా తొలగిపోతుంది. చిన్న పిల్లలలాగా వారికి శారీరక స్పృహ ఉండదు. వజ్రం, మట్టి

రెండూ వారికి సమానమే. వారి ప్రాణశక్తి సుషుమ్న నాడిలో సంచరిస్తూ ఉండి సదా శాశ్వతమైన ఆనందాన్ని పొందుతారు.

93. మనిషి అత్యున్నతమైన ఆధ్యాత్మిక స్థితి పొందాలంటే జ్ఞానము మరియు అజ్ఞానము రెండూ త్యజించాలి. అతను లోకజ్ఞానం లేని ఆరేళ్ళ పసి బాలునిలా ఏ ధ్యాస ఉండక వాటి పట్ల ఉదాసీనంగా, అజ్ఞానిలా ఉండాలి. పసిబాలుడు ప్రదర్శించే ఉదాసీనత, అజ్ఞానం సహజంగా వచ్చినవి. వాటిని ప్రదర్శిస్తే ఏ ఉపయోగం లేదు. మనము ఈ స్థితిని పూర్తిగా ఎదిగిన తరువాత పొందాలి. పసిబాలుడు ఏ విధంగా దైనందిన అవసరాలైనా కాలకృత్యాలు తెలుసుకోలేడో అదే విధంగా జ్ఞాని కూడ మంచి, చెడు మధ్య వ్యత్యాసం తెలుసుకోలేడు. అతనికి ఆహారం, విషం రెండూ సమానమే. జ్ఞాని సంపూర్ణంగా ద్వైత భావానికి అతీతుడు. జ్ఞాని దేని గూర్చి ప్రాకులాడడు. అతని ఆలోచనలు అతని ఆత్మలోనే స్థిరంగా ఉంటాయి. ఎల్లపుడూ పరబ్రహ్మ యొక్క పరమానందంలో ఐక్యత పొంది ఉంటాడు.

94. మన శిరస్సు కొబ్బరికాయ వంటిది. కొబ్బరికాయలో నీరు, కొబ్బెర ఉన్నట్లు మన శిరస్సులో మెదడు మరియు మెదడులో ద్రవ పదార్థం ఉంటుంది. మన శిరస్సే "చిదాకాశానికి" పీఠం. మన శిరస్సు హృదయాకాశానికి బావిలాంటిది. మన శిరస్సులో వెయ్యి రేకుల కమలం మన సహస్రార చక్రం, సుషుమ్ననాడి చివరి భాగమైన బ్రహ్మరంధ్రంలో ఉంటుంది. కుండలినీ శక్తి సహస్రార చక్రంలో ప్రవేశించినపుడు మనము పరమానందాన్ని ఆస్వాదిస్తాము. "చిదాకాశము" మరియు

హృదయాకాశములకు పీఠిక అయిన మెదడు బావితో పోల్చవచ్చు. మనము మట్టిలో త్రవ్విన బావిలోంచి నీరు చేది త్రాగినట్లు, హృదయాకాశమనే బావిలోంచి నీరు చేది త్రాగాలి. పరమానంద అమృతాన్ని త్రాగి హృదయాకాశంలో ఐక్యం కావాలి. మట్టిలో తవ్విన బావి నీరు త్రాగితే ఏమి ఉపయోగం లేదు.

95. దైవ సాక్షాత్కారం కలగాలంటే మనము ఆత్మ మరియు అంతర్గత పరిశీలన చేసుకోవాలి. భగవంతుడు మన హృదయంలోనే ఉంటాడు, ఇంక ఎక్కడా లేడు. మన లోపల భగవంతుని వెదకాలి. పై అంతస్థులో ఉండి దీపం వెలిగించి తలుపు మూసివేస్తే క్రింద ఉన్నవారికి ఏమి కనిపించదు. అలాగే వెయ్యి సూర్యుల కాంతిని మించిన జ్యోతి వాసనలతో మసకబారితే దైవ సాక్షాత్కారం పొందలేము. మన మనసుకు పట్టిన వాసనలను తొలగించి ప్రక్షాళన గావిస్తే భగవంతుని సాక్షాత్కారం, అనుగ్రహం పొందగలము. కుండలిని శక్తి మూలధార నుండి శిరస్సులోని సహస్రారం వరకు పయనింపచేయాలి. ఇలా చేస్తే మనకు విశ్వాన్ని శాసించే అపారమైన శక్తి లభిస్తుంది. అలాంటి వ్యక్తికి సర్వము ఒకే స్థానం నుండి కనపడతాయి. అతను పలు విషయములు చూచుటకు ఎక్కడికి వెళ్లవలసిన అవసరం లేదు. అగ్ని శిఖలు పైకి ఎగిసినట్లు మన హృదయం కంఠం పైన ఉంటుంది. ఈ స్థితిలో మన హృదయములో జ్ఞానజ్యోతి ఉంటుంది, అజ్ఞానం ఉండదు. తనను తాను తెలుసుకోవాలంటే ఒక వ్యక్తికి జ్ఞానం

కావాలి. హృదయాకాశమంటే త్రికోణాకారం కల మన ముఖము. ఈ ముఖమే మన ఆజ్ఞాచక్రములో ఇడా, పింగల నాడుల మధ్యలో ఉన్న భ్రూమధ్యము. ఈ భ్రూమధ్యమే హృదయాకాశము. కుండలిని శక్తి త్రికోణం గుండా ప్రయాణించినపుడు ఆ వ్యక్తికి దివ్యానంద అనుభూతి అనుభవంలోకి వస్తుంది. దివ్యానంద అనుభూతి, ఆత్మ సాక్షాత్కారం చేసుకొని తనను గూర్చి తాను ఈ రహస్యాన్ని తెలుసుకోవటమే ప్రతి మనిషి కర్తవ్యం.

96. భక్తి యొక్క ఉధృతి ఆధారంగానే ఒక వ్యక్తికి ముక్తి సిద్ధిస్తుంది. మనము ఎక్కువ జీతం కోసం ఎక్కువ కృషి చేస్తే, ఎక్కువ జీతం లభిస్తుంది. తక్కువ కృషి చేస్తే తక్కువ జీతమే లభిస్తుంది.

97. మనం చంటి పిల్లలుగా ఉన్నప్పుడు మనకు మన తల్లిదండ్రులు ఎవరో తెలియదు. పెరిగి పెద్దైన తరువాత వారి గురించి తెలుస్తుంది. ఏ విధంగానైతే కోడి పుంజు తన కాళ్ళతో తన ఎదురుగా ఉన్న వాటిని గోకి తినడానికి ప్రయత్నిస్తుందో, అలాగే మనిషిలో తెలివి పెరిగే కొద్ది అతను లోభిగా మారతాడు. ఎల్లవేళలా తన మంచిని గూర్చే ఆలోచిస్తాడు. ఇతరులను గూర్చి పట్టించుకోడు. ప్రతిరోజు మనుషులు జన్మిస్తారు, మరణిస్తారు. దీనిని చూసి కూడా మనిషి తన లోభత్వం వ్యర్థమైనదని తెలుసుకోడు. మరణం తనను సమీపిస్తున్నదని తెలిసి కూడా అతను చావు లేనివాడినని, దానిని జయించగలనని భావిస్తాడు. ఎప్పుడైతే మనం అవిభాజ్యమైన భగవంతునిలో ఐక్యమౌతామో, ఈ జీవాత్మ శివశక్తిలో ఏకమౌతుందో, అప్పుడు

ఈ లోభత్వం పూర్తిగా మాయమౌతుంది.

98. భక్తిలేని మనిషి నీరు లేని పాత్ర లాంటి వాడు. ఎలాగైతే నీరు లేని పాత్ర దాహంగా ఉన్న వ్యక్తికి ఉపయోగపడనట్లుగా, భక్తి లేని వ్యక్తి వల్ల ఈ ప్రపంచానికి ఏ ఉపయోగం ఉండదు. భక్తి పాత్రలో నీరు వంటిది, బుద్ధి పాత్ర, దానిలోని పదార్థమే భక్తి. భక్తిని పెంపొందించుకోవటానికి బుద్ధి ఒక మార్గము. భక్తి బుద్ధి యొక్క ఫలం. సూక్ష్మ భక్తి లేని వాడు మనిషిగా అనర్హుడు. మనిషి శివమెత్తి నృత్యం చేస్తే అది శివుని శక్తి వల్ల కాదు. ఆ నృత్యం ఒక గారడి మాత్రమే. గారడి తాత్కాలికం, నశ్వరం. గారడి విద్య అధోముఖంగా కిందికి పయనిస్తుంది. శక్తి, మధ్యపథాన్ని ఆచరిస్తుంది. గారడి నశ్వరం, శక్తి నాశము లేనిది. గారడి కేవలం శరీరానికి సంబంధించినది. శక్తికి ఆత్మతో సంబంధం. శక్తి యొక్క జ్వాలల ముందు గారడి శక్తి హీనమైనది. అది ఆత్మశక్తి కంటే అధమం.

99. దాదాపు అన్ని పళ్ళకు గింజలు లోపల ఉంటాయి, కాని జీడిమామిడి పండు గింజ బయటి వైపు ఉంటుంది. జీడి మామిడి పండు గింజ లాగా మన మనసు మనం సంసారంలో ఉన్నా కూడ బయట ఉండాలి. సంసార బంధాలకు అతీతంగా, వాటిలో చిక్కుకుని ఉండకూడదు. మనం అనుభవించిన ఆధ్యాత్మిక జ్ఞానం అందరికీ పంచాలి. మనం పంచదారను ఉంచుకొని ఇతరులకు ఇసుకను ఇవ్వరాదు. మనం రాజ మార్గంలో పయనిస్తూ ఇతరులను అడవి మార్గంలో పంపకూడదు. ఆధ్యాత్మిక జ్ఞానాన్ని పంచినప్పుడు స్వార్థం ఉండకూడదు. మనం నడిచిన బాటలోనే, మనం

అనుభవించిన పరమానందానుభవమే ఇతరులకు కూడా ఇవ్వటమే మన కర్తవ్యం. ఈ కర్తవ్యాన్ని భవిష్యత్తులో చేద్దామని వాయిదా వేయకుండా తక్షణమే చేయాలి. ఎందుకంటే భవిష్యత్తు గురించి మనకు తెలియదు.

100. స్టేషనులోకి రైలు రాక తంతి ద్వారా, గంటానాదం ద్వారా తెలుస్తుంది. బావిలోకి విసిరిన రాయి చేసే శబ్దాన్ని బట్టి నీటిని చేరినట్లుగా మనకు తెలుస్తుంది. అలాగే మనం ప్రాణాయామం చేసేప్పుడు పలురకాల శబ్దాలు గల "బిందునాదం" వినపడుతుంది. ఈ శబ్దాలు మన అంతర్గత శుద్ధిని సూచిస్తాయి. ఇంతకంటే వాటికి వేరే ప్రాముఖ్యత లేదు.

101. ఒక బాలుడు మొదటి తరగతిలో ఉత్తీర్ణుడై రెండవ తరగతికి వెళ్లినప్పుడు అతనికి మొదటి తరగతి పుస్తకములు అవసరం లేదు. అలాగే మనిషి ఆధ్యాత్మిక పరిపూర్ణత సాధించినపుడు, అతనికి పూర్వం ఆచరించిన అభ్యాసము కాని నియమావళి కాని అవసరం లేదు. జ్ఞాని యొక్క స్థితి మనిషి యొక్క నిద్రావస్థ స్థితిలాంటిది. మనిషి గాఢమైన నిద్రలో ఉన్నప్పుడు అతనికి భౌతికంగా కనిపించే నక్షత్రాలు, సూర్యుడు, చంద్రుడు, ఇవి ఏవి కనపడవు. అతనికి దేని గురించి ధ్యాస ఉండదు. ఈ స్థితిలో మనసు ఆలోచనలు లేకుండా శూన్య స్థితిలో ఉంటుంది. నిద్ర సూక్ష్మస్థితి, అది స్థూలమైనది కాదు. ప్రాణశక్తిలో స్థిరంగా ఉన్నప్పుడు నిద్ర వస్తుంది. గాఢమైన నిద్రలో శరీర స్పృహ లేకుండా ఆత్మ చైతన్యం మాత్రమే ఉంటుంది. ఒక జ్ఞాని తన శరీర స్పృహ ఏ మాత్రము లేక రెం

ప్రపంచంలోనే ఉంటూ నిద్రావస్థలో ఉన్నట్లు వ్యవహరిస్తాడు. ఎప్పుడుతే అహంకారం నశిస్తుందో, అప్పుడు ఈ ప్రాపంచిక విషయములన్నీ యదార్థంగా కాకుండా ప్రతిబింబముల వలె కనపడుతాయి. భగవంతుడు మాత్రమే యధార్థం. మిగిలినవన్నీ క్షణికమైనవి, అశాశ్వతమైనవి. మన మనసుకి తాను ఆత్మను కాదు శరీరము అన్న మాయాభావం ఉంటుంది. ఈ భావన అశాశ్వతము, తాత్కాలికము. ఈ మానసిక మాయ శివుడు కాదు, శివుడు శాశ్వతం.

102. ఒక వ్యక్తి న్యాయశాస్త్రంలో ఉత్తీర్ణత పొందినప్పుడు అతనికి విశ్వవిద్యాలయంలో తల నుండి పాదాల వరకు శరీరం కప్పబడే గౌను అనే వస్త్రం ఇస్తారు. అలాగే జీవాత్మ పరమాత్మలో ఐక్యం చెందినప్పుడు సత్ మరియు చిత్ ఏకమవుతాయి. ఆ పరమాత్మయే శ్రీ సచ్చిదానంద మరియు శ్రీ యోగానంద. శివ శక్తుల ఐక్యమే పరమార్థం మరియు పరమానందం. ప్రాపంచిక సుఖాలను త్యజించినప్పడే ఈ ఆనందం సంభవం. ప్రాపంచిక సుఖాలు మరియు ఈ ఆనందం ఒకదానికొకటి విరుద్ధం. అవి రెండూ కలిసి ఉండలేవు. అవి రెండు పగలు, రాత్రిలాంటివి. ఒకసారి ఆనందం రుచి చూచిన తరువాత ఏ ప్రాపంచిక సుఖాలు కూడా మనకు సంతోషాన్ని ఇవ్వలేవు.

103. ఆధ్యాత్మిక గురువు లేకుండా శాశ్వతమైన పరమ సత్యాన్ని పొందలేము. గురువు మనకు మనసును, శరీరమును, భగవంతునికి సంపూర్ణ శరణాగతి చేయమని నేర్పిస్తాడు.

మనసు, శరీరం లోపల శూన్య స్థితిని చేరినప్పుడు మాత్రమే మనలోకి పరమార్థం, జ్ఞానం, పరమసత్యం ప్రవేశించి మనలోని చీకటిని తొలగిస్తుంది. శిష్యుడు శరణాగతి చేసిన తరువాత గురుశిష్యుల మధ్య ఉనికిలో, ఆలోచనలలో ఏ వ్యత్యాసం ఉండదు. వారిద్దరి ప్రాణం మరియు ఆలోచనలు తమ చుట్టూ విస్తరించిన శక్తిలో ఏకమౌతాయి.

104. వ్యక్తి తన నిజ స్వరూపానికి భిన్నంగా ఒక గొప్ప వ్యక్తిలాగా ఎప్పుడూ నటించకూడదు. బాహ్యంగా మరియు అంతర్గతంగా నిర్మలంగా ఉండాలి. ఒక వ్యక్తి మాటలకు మరియు ఆచరించే కార్యక్రమాలకు మధ్య ఎటువంటి తేడా ఉండకూడదు. అవి రెండు ఏకమై ఉండాలి. ఏది చేసెదవో అదే చెప్పాలి. ఏది చెప్పెదవో అదే చేయాలి.

105. ప్రాపంచిక విషయములలో మునిగి ఉండకూడదు. భౌతిక వస్తుమయ జీవితం వల్ల తాత్కాలిక సుఖం మాత్రమే లభిస్తుంది. ఒక స్థితి, ఒక హద్దు తరువాత ఈ ప్రాపంచిక జీవితాన్ని విడిచి దైవిక పథంలో ప్రవేశించాలి. మరణశయ్యపై ఉన్నప్పుడు నరకయాతనలు అనుభవించవలసి వస్తుంది. శరీరంలో వాత, పిత్త, కఫము అనే మూడు ద్రవాలు, ఈ శరీరం నుండి ప్రాణం వెళ్ళకుండా అడ్డు తగులుతాయి. యోగ సాధన చేస్తే ఈ శరీరం వాటిని అధిగమిస్తుంది.

106. లౌకిక జీవితంలో ఉన్నత స్థితులను పొందుటకు, ఉదాహరణకు ఐ.సి.ఎస్. వంటి ఉన్నత విద్యను పొందుటకు

శిక్షణా సంస్థలు చాలా ఉన్నాయి, కాని దైవ పథం, ఆధ్యాత్మికతను నేర్పే శిక్షణా సంస్థ ఒక్కటి కూడా లేదు. ప్రజలు తమ శారీరక అవసరాలను తీర్చుకునే ధ్యాసలో మునిగిపోయి తమ ఆత్మ యొక్క అవసరాలను నిర్లక్ష్యం చేస్తున్నారు. ఒకసారి మనిషి ముక్తి యొక్క ఆనందం చవి చూశాక ఎటువంటి లౌకిక వాంఛలు అతనిని ఆధ్యాత్మిక పథం నుండి తప్పించలేవు. పరమానందం అనేది విశదీకరించలేము, కేవలం అనుభవించాల్సిందే.

107. ప్రాపంచిక సుఖాలు నిరర్థకమని తెలియజేయుటకే భగవంతుడు కష్ట సుఖాలను కలిగిస్తాడు. ఇవి నిజంగా కష్టసుఖాలు కావు. ఈ కష్టసుఖాలు నిజమని నమ్మి అవి మనకు హాని కలిగిస్తాయని అనుకోవటం మన భ్రమ. మనం జనన సమయంలో కొద్ది కష్టం అనుభవిస్తాం. అలాగే మరణ సమయంలో కొంత కష్టం కలుగుతుంది. తల్లి గర్భం నుండి జన్మించినప్పుడు నొప్పి వల్ల కలిగే కష్టంతో కళ్ళ నుండి నీళ్ళు కారుతాయి. మన పుట్టుక మరియు చావుకు సంబంధించిన ఈ సహజమైన పరిణామం వలన మనకు ఈ ప్రపంచంలో దుఃఖం తప్ప ఇంకేమి లేదని అవగతమవుతుంది. ఈ లౌకిక ఆనందం, చేదు మాత్ర మీద ఉన్న తీపి పూత లాంటిది. కనుక ప్రతి ఒక్కరు తమ స్వంత హితము కోసమైన శాశ్వతమైన పరమానందాన్ని పొందుటయే తమ విద్యుక్త ధర్మం.

108. ఈ ప్రపంచంలో 'శివ' తప్ప ఇంకేది లేదు. అతడు సర్వత్రా వ్యాపించి ఉన్నాడు. అతను లేనిది ఏది లేదు. న్యాయము

మరియు అన్యాయము అతని నుండి ఉద్భవించాయి. ఏవిధంగానైతే విజ్ఞుడు ముళ్ళ బాటను వీడి రాచ బాటను అనుసరిస్తాడో, అదే విధంగా విజ్ఞుడు అన్యాయాన్ని వదిలి న్యాయాన్ని అనుసరిస్తాడు.

109. పరిపూర్ణతను పొందిన వ్యక్తికి లోకమంతా 'ఓం'కారంతో నిండినదిగా కనపడుతుంది. అన్ని విషయములు ఓంకారమయమే. అటువంటి వ్యక్తికి, సృష్టికి, లయమునకు ఓంకారమే మూల కారణం. ఓంకారం శాశ్వతమైనది, మన మనసుని హరించేది, అవిభాజ్యమైనది. విభజింపబడునది ఏది కూడా ఎన్నటికి అవిభాజ్యం కాలేదు. మనము తలుపులు వేసి ఉన్న గదిలో కూర్చుంటే బయటి ప్రపంచం కనపడనట్లు, మన ఇంద్రియములు అనే తలుపులు మూసేస్తే ఆత్మ సాక్షాత్కారం కలుగుతుంది. ఇంద్రియముల తలుపులు తెరిచి ఉన్నప్పుడు ఆత్మ సాక్షాత్కారం కలుగదు. మన ధ్యానం ఆత్మ పైన కేంద్రీకరించినపుడు ఆత్మ సాక్షాత్కారం కలుగుతుంది. లౌకిక విషయాలపై ఆసక్తి లేకుండా ఏకాగ్రతతో ఇంద్రియములను ఆత్మ వైపు మరల్చితే ఆత్మ సాక్షాత్కారం సాధ్యం అవుతుంది.

110. ఓంకారము అవిభాజ్యమైన ఏకత్వము, ఓంకారమే సృష్టి, మాయ, క్రియ, మనసు, చేతనావస్థ మరియు జ్ఞానజ్యోతి అని తెలుసుకున్నవాడు జ్ఞాని. అతనికి సర్వం ఓంకారమే. కోరిక యొక్క మూల కారణం చిత్తం. మనం చిత్తమును అధిగమించినపుడు మనలోని కోరికలన్నీ

మాయమవుతాయి. కనుక, చిత్తాన్ని ఆత్మలో ఐక్యం చేసి మనం నిష్కాములం కావాలి.

111. 'సత్' అనునది సత్యం. అది సూక్ష్మమైన, శాశ్వతమైన ఏకత్వం. 'చిత్' అనునది చంచలమైనది మరియు అస్థిరమైనది. 'చిత్' ఎల్లప్పుడు మారుతూ ఉంటుంది. ఎవరి చిత్తం చలించకుండా, ధృడంగా నిశ్చలంగా ఉంటుందో వారికి ఆత్మలో ఏకత్వం లభిస్తుంది. కనుకనే మనసును ఏకాగ్రం చేసుకొనుటకు మనిషి అన్నిటిని త్యజించి దూరంగా వెళ్లిపోతాడు.

112. 'సత్' చిత్‌తో ఐక్యమైనప్పడు, ఈ జీవుడు పరమాత్మలో ఐక్యమైనపుడు మనలో ఆనందం, సచ్చితానంద, శ్రీ నిత్యానంద మరియు శ్రీ పరమానంద అనుభూతి కలుగుతుంది. జీవాత్మ మరియు పరమాత్మ ఐక్యమే "ఆనంద యోగానందం", "సచ్చిదానందం", "బ్రహ్మానందం"

113. భగవంతుడు బయట ఎక్కడో కాదు మనలోనే ఉన్నాడు. మనం భగవంతున్ని మనలోని హృదయాకాశంలోనే శోధించాలి. అవును, మనలోనే సాక్షాత్కారం చేసుకోవాలి. శాశ్వతమైన నిత్యానందమైన కృష్ణుని అనుభవం మనం పొందాలి. కృష్ణుడు ఎవరో కాదు, మన ఆత్మయే. మనం ఆత్మానందాన్ని సాక్షాత్కరించుకోవాలి. రాతి విగ్రహాలను భగవంతునిగా భావించడం కేవలం మన భ్రమయే. శివుడు అనుగ్రహించే మరణబాధ, క్షోభ, నిజానికి క్షోభ కాదు. ఏ

కారణం లేకుండా శివుడు ఏది చేయడు. అతడు చేసే ప్రతి ఒక్క పని మన మేలు మరియు మంచి కొరకే. అందుకే శివానుగ్రహమైన బాధలు నిజమైన బాధలుగా చూడరాదు. నిజానికి దుఃఖమన్నది మనోభ్రమ మాత్రమే. మనకు ఆత్మ సాక్షాత్కరమైనప్పుడు మనం శాశ్వత ఆనందాన్ని అనుభవిస్తాం. ఆ ఆనందం ముందు మిగిలినవన్నీ మనోభ్రాంతిగా కనిపిస్తాయి. భగవంతుడొక్కడే సత్యం, వాస్తవము. ఈ దుఃఖ ప్రపంచమంతా భ్రాంతి అనిపిస్తుంది.

మనలోనే భగవంతుని సాక్షాత్కారాన్ని పొందాలి. అతని స్తోత్రం మన శిరస్సులోనే చేయాలి. శాశ్వత ఆనందాన్నిచ్చే పరబ్రహ్మ రహస్యాన్ని తెలుసుకోవాలి. మనం భగవంతున్ని మన హృదయంలో వెదకాలి. మన బాహ్య నేత్రాలతో కాక అంతరనేత్రాలతో భగవంతున్ని దర్శించాలి. అతను మనలోని సూక్ష్మ వివేచనకి మాత్రమే గోచరిస్తాడు. మన స్థూల బాహ్యేంద్రియాలకు భగవంతుడు గోచరించడు. భగవంతుని యొక్క పరమానందాన్ని ఆత్మ సాక్షాత్కారంలో పొందాలి. భౌతిక శరీరం పైన, అలంకారాలపైన ధ్యాస ఉండి భగవంతుని రహస్యం తెలియనివారు అధోగతి పాలై ముక్తిని పొందలేరు.

114. మనుషులలో జ్ఞానులు మరియు అజ్ఞానులను భేదాలు లేవు. మొదట్లో అందరూ జ్ఞానులే. ప్రస్తుతం ఉన్న భేదాలు తాత్కాలికము. ఏదో ఒక రోజు అందరూ ప్రాపంచికమైన అడవి మార్గము విడిచి ముక్తిదాయకమైన రాజ మార్గములో ప్రయాణిస్తారు.

115. మనమందరం శాశ్వతము, సత్యము అయిన భగవంతుని ఆనందం యొక్క సూక్ష్మసుఖాలను ఆస్వాదించాలి. మనం ఈ భౌతిక నిద్రను వదిలి శాశ్వత సమాధి అనే సూక్ష్మనిద్రను అనుభవించాలి. శాశ్వతమైన సమాధిలోని ఆనందమును సూక్ష్మ నిద్రలోనే ఆస్వాదించవచ్చు. మనలోని భ్రమలు, భ్రాంతిని భస్మం చేసి బూడిద చేయాలి. మనసు భ్రాంతి, మాయ, సందేహముల నుండి ముక్తిని పొంది నిర్మలంగా ఉండాలి.

116. ఉపనయన సంస్కారం అయిన వాడు బ్రాహ్మణుడు. ప్రతి ఒక్కరిలో ఏకత్వాన్ని, భగవంతున్ని దర్శించడమే నిజమైన ఉపనయనం. భగవంతుడు ఒక్కడే సత్యం, మిగిలిన వారందరూ మిధ్య అన్న నమ్మకాన్ని మనలో ధృఢముగా నిలుపుకోవాలి. నిష్కామములమై మనం అంతర్ముఖంగా మన హృదయములలో శాశ్వతమైన ఆత్మకై అన్వేషించుకోవాలి. అప్పుడే మనము భగవంతున్ని సాక్షాత్కరించుకోగలము. ప్రతి విషయమును నిష్కామ దృష్టితో చూడాలి. ధ్యానం బాహ్య ప్రాపంచిక విషయముపై వృధా చేయకూడదు. మనం భేధములను త్యజించాలి. ద్వైతానికి అతీతంగా ఎదగాలి. నేను, నాది అనే భావనలను భస్మం చేసి బూడిద చేయాలి. అప్పడే పరమాత్మ సాక్షాత్కారం పొందగలం మరియు భగవంతునిలో ఐక్యం చెందుతాము.

117. ఆదిలో భగవంతుని నుండి ఉత్పన్నమైన ధర్మం ఒక్కటే, దాని నుండి బహు మతాలు ఉధ్భవించాయి. ఆదిలో స్త్రీ మరియు

పురుషుడు అనే బేధం లేదు, అందరూ ఒక్కటే. ఈ వ్యత్యాసం భౌతికమైనది, స్థూలమైనది మాత్రమే. ఈ దృశ్య ప్రపంచంలో, ప్రకృతి అనునది స్త్రీ అయితే, ఆద్యంత రహితుడైన పరమాత్మయే పురుషుడు. సూక్ష్మం అనునది గుణములకు, లింగములకు అతీతం. పురుషుడు తనలోని గుణముల వలన స్త్రీ లక్షణాలు కలిగి ఉండవచ్చు. అలాగే స్త్రీ తనలోని గుణముల వలన పురుష లక్షణాలు కలిగి ఉండవచ్చు. వారి జాతి నిర్ధారణకు, వారి భౌతిక లక్షణాలు పనికిరావు. వారి అంతరంగిక స్వరూపమే పరిగణనలోకి తీసుకోవాలి. సూక్ష్మమునకు అంతటా శాశ్వతమైన ఆనందమే గోచరిస్తుంది. వినికిడి మరియు చూపు అన్నవి చిత్త భ్రమయే. మనం వినునవి, చూచునవి తాత్కాలికము, నాశము చెందేవి. అగోచరమైనవే శాశ్వతము.

118. హరి (మాయ) ఈశ్వరుడు కాదు, శివుడు ఈశ్వరుడు. ఇక్కడ హరి అంటే శ్రీహరి, నారాయణుడు అని అర్థం కాదు. హరి అనునది మాయ, భ్రాంతి. మనము ప్రతిబింబమును చూచి మోసపోకూడదు. సూక్షము మరియు స్థూలము మధ్య వ్యత్యాసం చేయడమే మాయ. సూక్షము మరియు స్థూలము వలన కలుగు మాయ ఒక్కటే. స్థూలం వలన కలుగు మాయ నానా ప్రకారములుగా విస్తారమైనది. ఒక దానికన్నా వేరొకటి భిన్నమైనది అన్న భావనయే మనసు వల్ల కలుగు మాయ.

119. మన ఆత్మను సాక్షాత్కరించుకోవాలి. మనల్ని మరియు

ఇతరులను వేరుగా చూచుటయే మాయ. నిన్ను ఇతరులతో గుర్తించు. ప్రతియొక్క జీవిలో ప్రకాశించు దివ్యాణువు ఒక్కటే. మన దృష్టి దోషం వలన ఈ వ్యత్యాసం కలుగుతుంది. మనలోని రహస్యాన్ని సాక్షాత్కరించుకోవాలి. మనలోని నిజతత్త్వాన్ని గురించి మాట్లాడితే సరిపోదు, దానికి అనుగుణంగా నడుచుకోవాలి. బాహ్యాచక్షువులతో చూచునది నిరర్ధకము మరియు నిరుపయోగము. అందరిలో ఒక్కటైన దైవత్వాన్ని దర్శించినప్పడే మరణావస్థలో ఎటువంటి కష్టాలు కలుగవు.

120. మరణ సమయంలో మనిషికి జీవశక్తి తక్కువగా ఉండటం వలన ప్రాణం ఊర్ధ్వ ముఖంగా ఊపిరి కొరకు పరితపిస్తుంది. ఇదే ఊర్ధ్వ శ్వాస, అంటే సమదృష్టి. ప్రాణశక్తి శరీరాన్ని విడుచుటకు ఊర్ధ్వ శ్వాస ఎలాగైతే ప్రాధమిక అవసరమో అలాగే ఒక మనిషి ముక్తిని పొందుటకు సమదృష్టి ప్రాధమిక అవసరం. అందుకే ఈ సూక్ష్మమైన, పరమానందభరితమైన, శాశ్వతమైన, అవిభాజ్యమైన ఊర్ధ్వ శ్వాసను సమదృష్టితో పోలుస్తారు. మనం శ్వాస ఎగపీల్చినప్పడు ఎటువంటి మంద్ర శబ్దం రాదు. యోగము అంటే సమతుల్యమైన శ్వాసక్రియ. మనం శిరస్సు పైన ధ్యానం చేయాలి. మనం శాశ్వతమైన ఆనందాన్నిచ్చే భగవంతుడు అనే సముద్రంపై ధ్యానం చేయాలి. ఇడా అనే చంద్రనాడి, సుషుమ్న అనే సూర్యనాడిపై ధ్యానం చేయాలి.

ఆనంద కుండలిని! నిద్ర పోరాదు. దయచేసి జాగృతం అయి

శిరస్సులోని సహస్రారంలో ప్రవేశించు. అగ్గిపుల్ల అగ్గిపెట్టెలో ఉన్నది. అగ్గిపుల్లలో జ్వాల ఉన్నది. అగ్గిపుల్ల యొక్క రాపిడి వల్ల అగ్ని రగులుతుంది. బుద్ధి అగ్గిపెట్టె వంటిది. విచక్షణను బుద్ధితో రాజేయడం వల్ల జ్ఞానమనే అగ్ని రగులుతుంది. అజ్ఞానం చీకటిమయం. జ్ఞానం జ్యోతి స్వరూపం. కుండలిని మన హృదయంలోని పరమానందం. ధృఢమైన జ్యోతి రూపంలో ఉండేదే కుండలిని. కుండలిని "బ్రహ్మజ్యోతి". కుండలిని జ్యోతి సూర్యుని ప్రకాశంలాగా సూక్ష్మమైనది. మానవ శరీరములోని సూర్య నాడి సుషుమ్న, చంద్రనాడి ఇడా మరియు నక్షత్ర నాడి పింగళానాడి, మన భ్రూమధ్యంలో ఉండే మూడవ కన్ను నాడి జ్ఞానానికి పీఠము. ఈ నాడిలో జ్ఞానము నిద్రవాస్థలో ఉంటుంది. నిద్రావస్థలో జాగృతి ఉండదు. ఈ సూక్ష్మ నిద్రని ఆస్వాదించాలి. ఈ శాశ్వత ఆనందమైన సమాధిని ఆస్వాదించాలి. ప్రాణ పీఠమే సత్యము. ఇదే శాశ్వత ఆకాశము, చిదాకాశము. ఈ చిదాకాశములోనే శాశ్వత ఆనందమైన నిత్యానందం యొక్క శిఖరం గలదు. ఈ శిఖరమే శాశ్వత శాంతికి పీఠం. శాశ్వతానందం మరియు శాశ్వత శాంతి మనం చిదాకాశంలో ఐక్యమవడం వల్ల ప్రభావితమవుతాయి. ఈ పరమానంద సాక్షాత్కారమే మానవ జీవిత లక్ష్యం, ఉద్దేశ్యం. మనము స్థూలమైన భౌతిక నిద్రను వదిలి సూక్ష్మమైన సమాధి నిద్రను ఆనందంగా ఆస్వాదించాలి. ఈ సూక్ష్మనిద్ర మృగముల నిద్ర కాక నిజమైన మానవ నిద్ర. మానవులకు, మృగములకు స్థూల నిద్ర ఒక్కటే. సూక్ష్మ నిద్రయే

మానవులకు, మృగములకు గల వ్యత్యాసం. ఈ సూక్ష్మనిద్రయే పరమానందం. మనం, మానవ జీవిత లక్ష్యం మరియు అంతిమ ఉద్దేశ్యమైన సూక్ష్మనిద్రని ఆస్వాదించాలి. మనము ఉపనయన లేదా ఆధ్యాత్మిక కంటి నిద్రను పొందాలి. ఎల్లవేళలా మాట్లాడుతున్నప్పుడు, నిష్కామంగా, నిశ్చితంగా ఈ సూక్ష్మ నిద్రలో ఉండాలి. మనం సమాధి నిద్రను ఆస్వాదించాలంటే మన ధ్యానాన్ని శ్వాసపైనే ఏకాగ్రం చేయాలి. జపం చేస్తున్నట్లు మన ఉచ్ఛ్వాస, నిశ్వాసలు గల శ్వాస క్రియను సమతుల్యం చేయాలి. మన ధ్యానం నిరంతరం శ్వాసయందే నిలపాలి. భక్తి మానసికమై ఉండాలి. నిరాటంకమైన, స్థిరమైన భక్తితో బంధముల నుండి విముక్తి పొందాలి. శ్వాసను ఎలాంటి ఉద్రేకము లేకుండా సాగించాలి. ఊపిరి తీసుకోవటం - పూరకం, ఊపిరిని నిలిపి స్తంభింపచేయడం - కుంభకం, ఊపిరిని వదలడం - రేచకం. కుంభకం ద్వారా సర్పాకార శక్తియైన కుండలిని నిద్రనుండి జాగరూకమై మన శిరస్సులోని సహస్రారం వైపు ప్రయాణిస్తుంది. మన పూరకం బావి నుండి నీరు తోడుతున్నట్లు ఉండాలి. అలా ఊపిరి నింపుకొని జ్ఞానమనే అగ్నిని ప్రజ్వలింపచేయాలి. అటువంటి ఊపిరి వల్ల మన నాడులు శుద్ధమై మనలో మూడు ద్రవాలు త్రిదోషములైన కఫము, పిత్తము, వాతము నిర్మూలమవుతాయి. జ్ఞానాగ్ని ప్రజ్వలన వలన మనలోని విచక్షణ జ్ఞానం పెరుగుతుంది. యోగ సాధన వల్ల జ్ఞానాగ్ని ప్రజ్వలిస్తుంది. ఈ అగ్నియే మన ఆహారాన్ని జీర్ణం చేసే జఠరాగ్ని. సూర్యకాంతిలా మనలో

విచక్షణ ప్రకాశించాలి. అలాంటి విచక్షణ వల్ల భగవంతుని ఉనికి ఈ విశ్వమంతటా సూక్ష్మశక్తి ద్వారా అనుభూతి, అవగాహన చేసుకోగలుగుతాం. మనలోని సందేహాల వల్ల మనకు ఈ విశ్వం వేరు, మనం వేరు అన్న భావన కలుగుతుంది. ఆ సందేహం తొలగిపోతే, మనం ఈ విశ్వంలో ఒకరమౌతాము. ఈ సృష్టి కేవలం మానసిక భ్రాంతి, కల్పితమే. సమదృష్టి సాధించిన తర్వాత ఈ సృష్టి మన నుండి వేరు అన్న భావన మనలో తొలగిపోతుంది. అప్పుడు ఈ సృష్టి ఉండదు. అంతా అద్వితీయమైన ఏకత్వమే అవుతుంది.

121. సూక్ష్మస్థితి చర, అచర జీవులలో ఒక్కటే. ఒక్క అశాశ్వతమైన భౌతిక శరీరం ఒక్కటే వీరి మధ్య వ్యత్యాసం. స్థూలంలో సూక్ష్మాన్ని సాక్షాత్కరించుకోవడమే మోక్షము. అంధకారములో వెలుతురును, అసత్యంలో సత్యాన్ని, నశ్వరము నుండి అశ్వరమును గ్రహించినప్పడు మోక్షం లభిస్తుంది. మోక్షము అవిభాజ్యమైనది. జీవుడు హృదయాకాశంలో శివునితో ఐక్యం పొందినప్పడు ముక్తి లభిస్తుంది. అత్యంత ప్రాముఖ్యమైనది మన "ఊర్ధ్వశ్వాస". అలాగే మన శరీరంలో అత్యంత ప్రాముఖ్యమైన శక్తి ప్రాణశక్తి. ప్రాణం ఒక్కటై తన ఉనికిని, అస్థిత్వాన్ని కలిగి ఉన్నది. ఎవరైతే ఆత్మ సాక్షాత్కారం పొందుతారో వారికే ఈ విషయం అనుభవం ద్వారా అవగతమౌతుంది. మనం కోరికలనే బంధాల నుండి పరమ సత్యాన్ని సాక్షాత్కారం చేసుకోవాలి. మనం పరమాత్మ తత్వాన్ని అంతర చక్షువుల ద్వారా

సాక్షాత్కారం చేసుకోవాలి. భగవత్సాక్షాత్కారం కలిగిన మనిషి తనలోనే విశ్వం, విశ్వంలో తాను ఉన్నట్లుగా భావిస్తాడు. ఈ ప్రాపంచిక విషయాలు మరియు లౌకిక సుఖాలలో మునిగిపోయిన మనసు స్థిరంగా ఉండక ఒక కోతి వలె చంచలంగా ఉంటుంది. భగవత్సాక్షాత్కారం పొందిన వ్యక్తికి ఓంకారమే అంతటా అన్నిట్లో ఉన్నట్లుగా, సృష్టికి ఆది, మధ్య, అంతము అంతా ఓంకారమే అన్న భావన కలుగుతుంది. అందుకే ఓంకారాన్నే “శివ” అంటారు. ఓంకారం వివిధ రూపాలలో ఐక్యం అయినప్పుడు ప్రణవమవుతుంది. భౌతిక శరీరం యొక్క ఉనికిని ఎరగని స్థితి ఓంకారం. ఓంకారం దేనిలోను బంధించబడదు, ఏ బంధాలు ఉండవు. అన్నిటికీ సాక్షీభూతంగా ఉంటుంది.

122. ఓంకారం ఉన్నతమైనది. ఓంకారమే సకల సృష్టిసారం. ఓంకారం సూర్యుని అరుణోదయం మరియు అతిశ్రేష్ఠమైన దృశ్యం. ఓంకారం విశ్వసాక్షి, ఓంకారమే సర్వోత్కృష్ట క్రియ, శూన్య స్థితిలో ఉన్న పరమ శక్తి. ఓంకారం కర్త కాదు మరియు క్రియ కూడా కాదు. ఓంకారం అన్ని ఆకృతులలోకెల్లా భీకరమైన ఆకృతి కలిగి ఉంటుంది. ఓంకారమే అగ్ని. అగ్ని రూపంలో విశ్వవ్యాప్తి చెందినది ఓంకారం. మన చూపుకు అతి భయంకరముగా ఉంటుంది. ఈ ప్రపంచంలో అగ్ని కన్నా ఉన్నతమైనది లేదు. అగ్ని లోపల, బయటా వ్యాపించి ఉంటుంది. దీని మధ్యలో భూమి ఉంటుంది. భూమి క్రింద, వాయువు పైన ఉంటాయి. వాయువు విశ్వమంతా

వ్యాపిస్తుంది. విశ్వం వాయువులో ఉంటుంది. మొదటిది వాయువు, రెండవది అగ్ని. వాయువు లేకుండా ఒక క్షణం కూడా మనం జీవించలేము. విచక్షణ ద్వారా మనము సూక్ష్మాన్ని గ్రహించగలము. నిశ్శబ్దత వాయు రూపంలో ఉన్న శాశ్వత నిత్యానందం. ఇది జ్ఞాన స్థితి ఆనందం. ఈ విషయాలు అనుభవం ద్వారానే గ్రహించగలము. ఆధ్యాత్మికంగా, పరమసత్యం యొక్క సాక్షాత్కారం పొందినప్పడు, మన ఆత్మను నిశ్శబ్దతలో లీనము చేయాలి. అంటే ఆత్మను పరబ్రహ్మలో ఐక్యం చేయాలి. మన దృశ్య ప్రపంచాన్ని, ఆత్మను శాసించే, నడిపే శక్తి ఒక్కటే. అందువలనే దృశ్య ప్రపంచం మన ఆత్మలోనే ఉన్నది. సత్, చిత్తములో ఐక్యము పొందినపుడు ఆనందం కలుగుతుంది. ఈ ఆనంద సాక్షాత్కారమే నిజమైన పురుష లక్షణం. పరమానందాన్ని పొందటమే మానవ జీవిత లక్ష్యం. ఇదే బ్రహ్మ, యోగ మరియు కాల జ్ఞానము. ఈ త్రికాల జ్ఞానము మన హృదయంలోనే ఉన్నది. త్రికాల జ్ఞాన స్థానమైన హృదయం క్రింద వున్నది కాదు, పైన మన శిరస్సులో కలదు. ఈ హృదయంలోనే ముక్తి నిత్యానందం. ముక్తి హృదయంలో ఉంది. మనం శిరస్సులోని చిదాకాశంతో ఐక్యమైనప్పడు ముక్తిని పొందగలము.

123. భగవంతుని యందు ఉండే నిష్కామ ప్రేమయే భక్తి. అన్నదానం చేయడం లేక ప్రసాదాలు తినడం భక్తి కాదు. అది కేవలం మానసిక భ్రమ మాత్రమే. భక్తి

అంతరంగికమైనది కాని బాహ్యమైనది కాదు. భుక్తి మన శరీరానికి సంబంధించిన ఒక వ్యవహారం. ఈ స్థూల భుక్తిని వదిలి మన సూక్ష్మ భుక్తిని అభ్యసించాలి. వ్యక్తి విచక్షణ అనే నీరు త్రాగాలి. సూక్ష్మ భుక్తి, భక్తి యొక్క ఆంతరంగిక కృషి. ప్రశాంతతని నీటితో పోలిస్తే, ఆ ప్రశాంతమైన నీటిపై కూర్చోవడమే "యోగానందం". యోగానందం అనే పరమానందం, పరమశాంతి యొక్క ఫలితం. మనసు ఈ లౌకిక సుఖాలను వదిలి నిత్యానందాన్ని అనుభవించాలి. నిత్యానందంలో ఐక్యం చెంది, ఆత్మను హృదయంలో అన్వేషించాలి. నిజమైన ఆనందం హృదయంలోనే ఉంటుంది. ఆ ముక్తి అనే హృదయానందాన్ని అనుభవించాలి. దానిలోనే జీవించాలి. దానిలో ఐక్యం కావాలి. మనసు స్థూలాన్ని వదిలి సూక్ష్మంలో ప్రవేశించాలి. మనసు తన దివ్య నేత్రాన్ని తెరవాలి. జ్ఞాన నేత్రంతో చూడాలి. వేరే విషయాల గూర్చి ఆలోచించవద్దు. ప్రపంచాన్ని సమదృష్టితో చూడాలి.

124. జపం అంటే వేళ్ళతో లెక్కించడం లేక నాలుకతో ఉచ్ఛరించడం కాదు. జపం అంటే మనసులో అంతర్గతంగా చేసేది. సూక్ష్మ విచక్షణ వలన మాత్రమే శివుని సాక్షాత్కారం లభిస్తుంది. మనసు నిష్కామ కర్మను ఆచరించాలి. ఈ లౌకిక విషయాల పట్ల నిష్కామంగా మరియు అనిబద్ధతతో, అనాసక్తితో వ్యవహరించాలి.

125. అస్థిరత్వం, చిత్త చాంచల్యం మనసు యొక్క సాధారణ ప్రకృతి. అది చండాలుల లక్షణం. చండాలుడు అంటె నల్లగా

ఉండేవాడో, మాసిన, జీర్ణ వస్త్రాలు ధరించినవాడు కాదు. కపటత్వము, నీచత్వము, ఈర్ష్య మరియు అసూయ అనునవి హీనుని లక్షణాలు. మంచి వస్త్రాలు ధరించి చక్కగా అలంకరించుకున్నవాడు స్వార్ధపరుడు, లోభి లేక కపటి అయితే వాడు కూడ చండాలుడే. చండాలత్వం అనేది బాహ్య వేషధారణ, రూపము, మన ఆకారమును బట్టి కాకుండా మన అంతర్గత నిర్మలత్వంపై ఆధారపడి ఉంటుంది. వేదాంతంలోని పరమార్ధాన్ని సత్యాన్ని తెలుసుకోనివాడు మనిషే కాదు. సుశిక్షతమైన అశ్వంలాంటి వేదాంతమే మన జీవితకాలంలో లభించే విముక్తి, కాని ఏ శిక్షణ లేని అడవి ఏనుగులాంటి వేదాంతం ముక్తి కాదు, కేవలం మానసిక భ్రమ.

126. స్వార్ధపూరితమైన మనసు నిలకడ లేక చంచలంగా ఉంటుంది. సూక్ష్మవిచక్షణయే చైతన్యవంతమైన సాక్షిభూతం. ఈ సృష్టియే సూక్ష్మ విచక్షణ. సూక్ష్మ విచక్షణ మనకు ఆరోగ్యాన్ని మరియు సంతృప్తినిస్తుంది. వంచన, కుయుక్తి, శక్తి కన్నా శ్రేష్టమైనవి కాదు. సూక్ష్మవిచక్షణయే వాస్తవమైన బుద్ధి. "శక్తి"యేం వాన్తవంగా నూక్ష్మ విచక్షణగా పరిగణించబడుతుంది.

127. మన నేత్రాలకు బయట కనపడేది స్థూల వివేకం. "శివ" అంటే అభేద్యము. అగోచరమైన ఏకత్వము. విశ్వం స్థూల రూపంలోనున్న మన నేత్రాలకు కనపడుతుంది. మనకు అంతర్గతంగా గోచరించేది స్థూలంగా ఉండే విశ్వం కాదు.

అది "సూక్ష్మబ్రహ్మం". మాయలో శివుడు లేడు. శివునిలో హరి యొక్క మాయ ఉంది.

128. మనలోని సూక్ష్మ వివేకమే నిజమైన బుద్ధి లేక జ్ఞానము. అంతర్గత ఏకాగ్రతయే 'ధారణ'. ఒక విషయం నుండి వేరొక విషయం వైపునకు భ్రమించే ఆలోచనల అలలు కలదే స్థూల వివేకం. స్థూల వివేకం ఇతరుల నుండి పొందినది కాని అది అశాశ్వతం. ఈ స్థూల వివేకం, హరి కాదు, శివ కాదు. గురూపదేశం ద్వారా పొందినదే సూక్ష్మ వివేకం. అది ఎప్పటికి స్థూలమైనది కాదు. గురువు నుండి లభించే జ్ఞానం కేవలం జ్ఞానం కాదు. అది దివ్యశక్తి ప్రవాహం. శిష్యుని మనసు పూర్తిగా శూన్యంగా ఉన్నప్పుడు ఈ దివ్యశక్తి ప్రవహిస్తుంది. తనకు లభించినది ఇతరులకు పంచని వాడు మనిషి కాదు.

129. ముక్తి మన జీవిత లక్ష్యం. ఈ జీవిత లక్ష్యాన్ని, సత్యాన్ని తెలుసుకోని వాడు మనిషి కాదు. మృగం. ఈ జీవిత లక్ష్యం పరిపూర్ణ నిష్కామత్వం. ఈ సత్యాన్ని తెలుసుకోని వాడు మనిషి కాదు. నిష్కామత్వం లేకుండా ముక్తి లభించదు. భగవంతుని సృష్టికి పరాకాష్ఠ అయి కిరీటం లాగా మకుటాయమానంగా ఉన్న మనిషి మాటిమాటికి నీటిలో మునిగే, తేలే కప్పలాగా ఉండకూడదు. బావిలో కప్పలాగా మనిషి లౌకిక విషయముల యొక్క నీటిలో మునిగి, అరుదుగా పైకి తేలి మళ్ళీ అందులో మునిగి ఉండకూడదు. ఈ ఉత్కృష్ఠమైన మానవ జీవితం ఎప్పటికీ కప్పతో

పోల్చబడకూడదు. మానవ జన్మ ఎప్పటికీ పొందలేము. మానవజన్మ లభించినప్పుడు మన జీవిత లక్ష్యం అయిన పరమాత్మ సాక్షాత్కారం పొందడమే మన విద్యుక్త ధర్మం. ఎలాగైతే వంట చేయకుండా ఆహారము స్వీకరించలేమో అలాగే సరైన మార్గంలో తగు ప్రయత్నాలు చేయకుండా ముక్తిని పొందలేము. విచక్షణమును అగ్నితో, బుద్ధిని ఒక పాత్రతో పోల్చబడ్డాయి. ఎలాగైతే అగ్ని, పాత్ర రెండూ వంట చేయుటకు కావలసిన మౌళికమైన అవసరములో, అలాగే విచక్షణ, బుద్ధి, ముక్తిని పొందుటకు కావలసిన మౌలికమైన ఆవశ్యకములు. ముక్తి వండిన ఆహారంలాంటిది.

130. ఓంకారము మన నిజమైన నివాసం. అదే నిత్య నివాసం. ఓంకారం నిరాకారవు, అఖండవు మరియు అవిభాజ్యమైనది. ఈ రోజు ఆనందమైన రోజు, రేపు కాని ఎల్లుండి కాని కాదు. భవిష్యత్తు సందేహాత్మకము, దాని గూర్చి మనకు నిశ్చయముగా తెలియదు. ఈ క్షణమే ఓంకారం సాక్షాత్కారం చేసుకోవడానికి అనువైన సమయం. తొమ్మిది, పది గంటలు అనే నిర్దిష్ట సమయం అనువైనవి కావు. ఒక్క నిమిషం కూడా ఈ ఓంకార సాక్షాత్కారాన్ని వాయిదా వేయకూడదు. ఇప్పుడే, ఈ క్షణమే అనువైన సమయం. జీవిత లక్ష్య సాధన కోసం వెచ్చించిన సమయం సద్వినియోగ సమయం. ఈ జీవిత లక్ష్య సాధన మరిచిపోయి సమయాన్ని వేరే విషయాలపై వెచ్చించినచో సమయాన్ని దుర్వినియోగం, వృథా చేసుకున్నట్లే. ఇది బిచ్చగాడిలా గడిపిన కాలం.

131. ముక్తి యొక్క స్థానం మరియు అంతర్చక్షువులు అన్నీ మనలోనే ఉన్నాయి. వాటి అవగాహన కాలాంతరంలో జరుగుతుంది. బృందావనంలో ఉన్న అనందం, మనలోనే సర్వం అంతర్గతంగా ఉన్నదన్న సత్యం తెలుసుకున్నప్పడు కలిగే ఆనందం, రెండూ సమానమే.

132. భగవంతుడు అందరిలో ఉన్నాడు. అతను సృష్టిలోని ప్రతి అణువులో ఉన్నాడు. మనం భగవంతుని ఉనికిని, కేవలం కొందరు వ్యక్తులకు, గుణాలకు పరిమితం చేస్తాము. ఈ స్థితిని మనం అధిగమించినపుడు, అందరిలో భగవంతున్ని, అతని దివ్యశక్తిని చూడగలము.

133. ఓంకార సాక్షాత్కారం తరువాత ఈ బాహ్య ప్రపంచం ఒక మిధ్యలాగా, మాయగా మనకు గోచరిస్తుంది. ఈ బాహ్య ప్రపంచం తన వాస్తవికతను కోల్పోతుంది. అప్పడు మిగిలిన ఏకైక సత్యం పరబ్రహ్మమే. ఓంకార సాక్షాత్కారమయిన మనిషిలోని మనసు తన అస్థిత్వాన్ని కోల్పోతుంది. మనసు ఓంకారంలో సంపూర్ణంగా ఐక్యమై తన ప్రత్యేకమైన అస్థిత్వాన్ని, గుర్తింపుని కోల్పోతుంది. మానావమునములు ఒక్కటే అనే భావన కలిగిననాడు మనం శాశ్వతమైన, నిజమైన, అంతులేని ఆనందాన్ని పొందుతాము. మంచి, చెడుల మధ్య వ్యత్యాసం తొలగిననాడు శాశ్వత ఆనందాన్ని ఆస్వాదించగలము. మనలోని ద్వైత భావనను పూర్తిగా తొలగించాలి. అప్పడు స్వచ్ఛమైన, నిష్కల్మషమైన ఆనందము అంతటా మనకు గోచరిస్తుంది.

134. హిందువులు పుణ్యక్షేత్రమైన కాశిని పరమేశ్వరుని నివాస స్థానంగా భావిస్తారు. మనిషిలోని చిదాకాశమే కాశి. ఆత్మ శివుడు, మనసే కాశి. కాశియే మన శాశ్వతమైన, నిత్యమైన ఆత్మ. అది అంతర్గతమైనది, బాహ్యము కాదు. అదే జ్ఞానము, ఆకాశము, అస్థిత్వం. ఆధ్యాత్మికంగా తగిన పురోగతి సాధించిన వ్యక్తికి వినిపించే దశ నాదములు శాశ్వతమైనవి. సంపూర్ణ నిష్కామ స్థితి అయిన నిర్వికల్ప సమాధియే మనలోని సూక్ష్మకాశి. హిందువుల పుణ్యక్షేత్రమైన హరిద్వార్ మానవ శరీరంలోని నవ ద్వారాలు. కళ్ళు, చెవులు, ముక్కు, నోరు మొదలగునవి నవ ద్వారాలు. హృదయాకాశమే మనిషిలో ప్రశాంతతకు స్థానం. మనిషి హృదయాకాశంలో ఐక్యం అయినప్పుడు అత్యున్నతమైన ప్రశాంతతను పొందగలడు. యజ్ఞమంటే అమర జ్ఞానము. జ్ఞానాన్ని సాక్షాత్కరించుకోవటం కన్నా ఉన్నతమైన యజ్ఞం లేదు. ఇదియే భగవత్సాక్షాత్కారం.

135. కేవలం "శక్తి"తోనే మనం ఆత్మ సాక్షాత్కారం పొందగలం. యుక్తి వలన ఆత్మ సాక్షాత్కారం పొందలేము. యుక్తి కాలి నడక వంటిది. చాలా నెమ్మదిగా ఆత్మ సాక్షాత్కారం జరుగుతుంది. ఆత్మలోనే ఉద్భవించి, ఆత్మలో ప్రవేశం పొందే అత్యున్నత శక్తియే పరమశక్తి. సన్యాసం అంటే రైలు ప్రయాణం వంటిది. ఎలాగైతే రైలు ప్రయాణం వలన గమ్యాన్ని తొందరగా చేరగలమో, అలాగే ముక్తి అను లక్ష్యసాధనను సన్యాసం ద్వారా త్వరగా పొందగలము. మనసు అతి చంచలమైనది.

మనసును నియంత్రించి ఏకాగ్రతతో ధారణ వైపు మరల్చడం మన కర్తవ్యం. మన శరీరాన్ని రైలు మరియు అనుబంధ భాగాలతో పోల్చవచ్చు. శరీరం రైలైతే మనసు అందులోని ప్రయాణికుల వంటిది. ఎలాగైతే ప్రయాణికులు లేకపోతే, రైలు కదలదో, టిక్కెట్లు ఇవ్వబడవో, జనం ఒక చోట చేరరో అలాగే మనసు లేని మనిషి ఏ పని చేయలేడు. అతను పూర్తిగా అశక్తుడు. అప్పడు మొదటి శ్రేణి, రెండవ శ్రేణి, మూడవ శ్రేణి అను భేదములు ఉండవు. మనసు లేకపోతే ప్రపంచంలో మంచి చెడు, మధ్య వ్యత్యాసం ఉండదు. అంతా శాశ్వతంగా ఏకత్వమే. మనసు ప్రశాంతత అనే శ్రేణికి చెందినది. మనసు అత్యున్నతమైన ప్రశాంతతను సాధించాలి. రధసారధి రధాన్ని నియంత్రించినట్లు, బుద్ధి మనసుకి మార్గదర్శం చేయాలి. ఎలాగైతే రైలులో ఇంజను, వివిధ బాగాలు ఉంటాయో, ఆవిరి యొక్క శక్తితో ఇంజను ఎలా నడుస్తుందో, అలాగే మానవ శరీరంలో శిరస్సు ఇంజను వంటిది. నాడులు, రక్త నాళాలు, అంగాలు, ముడి భాగాల వంటివి, ఆవిరి శక్తిలాంటి ప్రాణం ఉంటాయి. మనిషికి రైలు ఇంజనులాగా శిరస్సు ఎంతో ఆవశ్యకం. అలాగే నాడులు, రక్త నాళాలు, ఇంజను భాగాలుగా, రైలును నడిపే ఆవిరి శక్తిలాగా ప్రాణం అవసరం. ఈ ప్రాణం మనిషి ఉనికికి ఆధారం.

136. మరణ సమయంలో శివుడు మనల్ని రక్షిస్తాడు, కాని మాయ కాదు. శివునిలో శక్తి ఉంది. శివుడు శక్తికి ఊట. శక్తి అతని నుండే ఉద్భవించాలి. మాయ అనునది హరిలో ఉన్నది.

అంతర్గత సూక్ష్మ స్థితిలోనే శివసాక్షాత్కారం జరుగుతుంది. స్థూలేంద్రియములకు అతను గోచరించడు. కుండలిని శక్తి సుషుమ్న నాడిలో చివరి భాగంలో ఉండే బ్రహ్మరంధ్రం చేరినప్పడు ఆత్మ శివైక్యమైపోతుంది. ఇతరులు నేర్పే జ్ఞానము యదార్థమైన జ్ఞానము కాదు, అది అశాశ్వతం. స్వంత అనుభవం ద్వారా పొందిన జ్ఞానమే యదార్థమైన జ్ఞానము.

137. సంపూర్ణ ప్రశాంతతను పొందిన తరువాత ఎక్కడికీ వెళ్లవలసిన అవసరం లేదు. కాశి, రామేశ్వరం, గోకర్ణం వంటి పుణ్యక్షేత్రాలు దర్శించాల్సిన అవసరం లేదు. అన్నీ మన మనసులోనే దర్శనం అవుతాయి. రాకపోకలు మన మానసిక భ్రాంతి మాత్రమే. ప్రశాంతత సాధించినపుడు, అన్నీ ఒక్కలాగే కనపడతాయి. ముక్తి అంటే నిష్కామ స్థితి. చేతిలోని వస్తువు చేతిలోనే చూడవచ్చు. అది ఇంకెక్కడా దొరకదు.

138. నిజమైన సూర్యోదయాన్ని మనం చైతన్యాకాశంలో చూడాలి. ఆత్మ సాక్షాత్కారం పొందిన వారికి పగలు, రాత్రి అనే తేడా ఉండదు. వారికి ఎప్పటికీ సూర్యోదయమే. ఇది ఒక అద్భుతమైన, ఉత్తమమైన సూర్యోదయం. ఎలాగైతే మట్టి పాత్రలో ఉన్న నీటిలో సూర్యుని ప్రతిబింబం కనపడుతుందో, అలాగే మనిషి, సమస్త విశ్వాన్ని తన హృదయాకాశంలో చూడాలి. మనం బండిలో ప్రయాణిస్తున్నప్పడు ఈ ప్రపంచమంతా మనతోనే కదుల్తున్నట్లుగా అనిపిస్తుంది. అలాగే, ఈ ప్రపంచమంతా మనలో అవగతం చేసుకోవచ్చు.

139. మనిషిలోని ఆత్మ భగవంతునిలో అతి సూక్ష్మ అంతర్భాగం అవుట వలన అన్నీ తెలుసుకుంటుంది. ఆకలిగొన్న మనిషికి తన ఆకలి స్వయంగా తెలిసినట్లు ఆత్మకు సర్వం తెలుసు. రైలు స్టేషను నుండి బయలుదేరినప్పుడు ఒక తంతిని పంపుతారు. బావిలో రాయి విసిరినప్పుడు శబ్దం వినబడుతుంది. అదే విధముగా మన నాడులలో, ప్రాణ వాయువు పయనిస్తూ, వాటిని శుద్ధి చేస్తున్నప్పుడు, 'దశ' నాదముల శబ్దము వినబడుతుంది. ఈ దశ నాదములు, మనిషిలోని నాడి వ్యవస్థ శుద్ధి అయినట్లు, కుండలిని శక్తి తన నిజస్థానం అయిన హృదయాకాశం వైపు ప్రయాణం మొదలు పెట్టినట్లు సూచిస్తాయి.

140. మన శక్తినంతా శరీరంలో కేంద్రీకరించి కుండలనీ శక్తిని జాగృతం చేయాలి. మనలోని శక్తిని ప్రాపంచిక, లౌకిక ఉద్దేశ్యాలకు వినియోగించరాదు. ఇంద్రియముల యొక్క ద్వారాన్ని మూసివేసి మన శక్తిని బయటకు పోకుండా నిరోధించాలి. అలా చేస్తే కుండలిని శక్తి ఉధృతంగా పైకి ఎగసే అనంతంలో ఐక్యం అయితుంది. అలా జరిగినప్పుడు ఓంకారం తప్ప వేరే ఏ అనుభూతి లేని స్థితికి చేరుకుంటాము. ఆ స్థితిలో పంపులో నుండి వచ్చే నీటి శబ్దం కూడా ఓంకారంలాగే వినపడుతుంది. మనకు అంతా ఓంకారమే. అడవి మార్గమయిన లౌకిక బాటను వదిలి దైవశక్తి యొక్క రాజ మార్గంలో ప్రయాణిస్తాం. మన శరీరంలో అధోగతిలో ప్రయాణిస్తున్న జీవాధార శక్తుల దిశను

మార్చి, ఊర్ధ్వ ముఖంగా ప్రయాణం చేయించాలి. మన మనసు శిరస్సులో తన స్థానాన్ని తెలుసుకొని, స్థిరంగా, సంతృప్తిగా ఉండాలి.

141. నీరు లేకుండా పడవ ఎలా ప్రయాణించలేదో, అలాగే వాయువు యొక్క కదలిక లేనప్పడు రక్త ప్రసరణ జరగదు. ప్రాణ వాయువు లేకుంటే రక్త ప్రసరణ స్తంభించి సెగ పుట్టదు. సెగ లేనిదే ఆహారం జీర్ణం కాదు. అలాగే నిప్ప లేకుండా రైలు బండి కదలదు.

142. ప్రాణాయామం మన శ్వాస యొక్క సమతుల్యమైన కదలిక. నీరు చేదుటకు కుండను వదిలి పైకి లాగినట్లుగా సమతుల్యంగా మనం ఉచ్ఛ్వాస, నిశ్వాసలను తీసుకుని వదలాలి. మన శ్వాసయే మన శరీరంలోని పగ్గము. ప్రాణవాయువు సమతుల్యమైన ఉశ్వాసముతో ఉత్కృష్ఠమైన కుండలని శక్తిని జాగృతం చేయవచ్చు.

143. ఎలాగైతే ఒక దూలము నుండి చెక్క పలకులు చేసినప్పడు సమతుల్యముగా రంపముతో దూలాన్ని కోసినట్లుగా మన ఉచ్ఛ్వాస నిశ్వాసములు ఉండాలి. ఈ క్రమ పద్ధతిలో తీసుకునే ఉచ్ఛ్వాసమే ప్రాణాయామం. ప్రాణాయామం వలన మనిషిలోని ఇంద్రియములను నియంత్రించి, ఉన్నతమైన ఆధ్యాత్మిక స్థితిని పొందవచ్చును. ఒక రాయిని కొండపైకి తీసుకెళ్ళటానికి ఎంతో శ్రమ అవసరమవుతుంది, కాని క్రిందికి తేవటం చాలా తేలిక. ఇంద్రియములను నియంత్రించుట

చాలా కష్టము. ఇంద్రియ నిగ్రహముతో పరబ్రహ్మను పొందవచ్చు. ఇంద్రియములను స్వేచ్ఛగా వదిలివేసి క్రమపద్ధతి లేక జీవించడం చాలా తేలిక. ప్రాణవాయువుకు శరీరమును వదులుట కష్టం. శరీరమును వదిలిన ప్రాణవాయువు లెక్కలేనన్ని ఇబ్బందులు పడుతుంది. ఏదైనా వస్తువు స్వీకరించుట తేలిక కాని తిరిగి ఇచ్చుట కష్టము. భగవంతుని నుంచి మనము ఆత్మను స్వీకరించినాము కావున పరబ్రహ్మ సాక్షాత్కారం చేసుకొని, అతనిలో ఐక్యం అయి ఆత్మను తిరిగి అతనికే సమర్పించాలి. మానవ జీవిత లక్ష్యం ఆత్మ సాక్షాత్కారం. అప్పడే మనకు ఏదైతే భగవంతుని నుండి లభించినదో అది తిరిగి భగవంతునికే సమర్పించినట్లువుతుంది. తన ఆత్మను తాను తెలుసుకోని మనిషి మృగాల కన్నా మేలు కాదు. అట్లాంటి మనుషులలో ధర్మము,స్వచ్ఛత, నీతి ఉండదు.

144. మరణ వేదన శబ్దములలో, మాటలలో వర్ణించలేనిది. సూక్ష్మ ఆలోచనల వల్ల జ్ఞానం పొందవచ్చు. ప్రాణాయామం సాధన చేస్తూ శ్వాసను నియంత్రించాలి. ఇలా చేసినప్పుడు మనలోని నాడీ వ్యవస్థ శుద్ధి చెంది మనకు దశ నాదములు వినపడతాయి. ఈ నాదములు వినపడినప్పుడు వాటిపై మనసును కేంద్రీకరించాలి. అలా మనసును ఏకాగ్రతతో నాదములపై నిలిపి పురోగతి సాధించినప్పుడు మనసు శబ్దంలోనే లీనమై దానిలో ఐక్యం చెందుతుంది.

145. తల పైన బరువు వున్న మనిషికి తల పైనే దృష్టి ఉన్నట్లు,

నాటకంలో రాజు పాత్రలో నటించే వాని దృష్టి అంతా కిరీటం పైనే ఉంటుంది. అలాగే జ్ఞానులు పరబ్రహ్మంలో ఐక్యం అయి అతని పైనే ధ్యానమగ్నులవుతారు.

146. మనసు బుద్ధికన్నా సామాన్యమైనది, తక్కువ స్థానంలో ఉండేది. బుద్ధి రాజైతే, మనసు మంత్రి వంటిది. బుద్ధి మనసును బ్రహ్మంతో ఐక్యం అయ్యేలా ఆ దారిలో నడిపిస్తుంది. మనసు ఏ శంకా లేకుండా నిస్సందేహంగా బుద్ధి యొక్క ఆదేశములను పాటించవలెను. ఎలాగైతే రాజును కలవడానికి రాజమహల్ వెళ్ళాల్సి ఉంటుందో, అలాగే మనసు బుద్ధిని సంప్రదించాలి, దానికి లోబడి ఉండాలి. మనసు పలు రకాల ప్రాపంచిక విషయాలకు సంబంధించి శరీరమునకు ఆదేశములు ఇస్తుంది. అప్పడు బుద్ధి కన్నా తక్కువైనను శరీరమునకు మనసే రాజు.

147. పగటి పూట సూర్యకాంతి ముందు గాసు (వాయు) దీపం కాంతి కనవడదు. వెలుతురు అంధకారంలోనే ఉపయోగపడుతుంది. ఆకలిగొన్న మనిషి కుల మత భేదములను పట్టించుకోడు. అలాగే దీర్ఘ నిద్రలో ఉన్నప్పడు ఆకలి ఉండదు. అప్పడు మనసు ఉండదు. నిద్రలో మనసు ఉండదు కావున మనుషులు ఆలోచనలు లేని యోగ నిద్రలో ఉండవలెను. అటువంటి వారే జ్ఞానులు.

148. భక్తి అందరిలో ఒక్క విధంగా ఉండదు. ఒక్కొక్కరిలో ఒక్కో విధంగా ఉంటుంది. పదిమంది ప్రయాణికులలో ఒక్కరు

కూర్చుంటే, అందరూ కూర్చున్నట్లు, భక్తి గురించి విని ఇతరులు ప్రభావితులై భక్తులుగా మారుతారు. కొన్ని విషయాలపై ఆసక్తి ఒకరి నుండి ఒకరికి సోకి, అవి ఎలా విస్తరిస్తాయో, భక్తి కూడా అలాగే విస్తరిస్తుంది.

149. దూరములో ఉన్న మనుషులకు మనము ఎక్కువ విలువ ఇస్తాము. వారిపై ఉన్నతమైన అభిప్రాయం ఉంటుంది. ఒక వ్యక్తి ఎంత గొప్పవాడైన మన అందుబాటులో ఉన్నప్పడు, మనం అతని గొప్పతనాన్ని గుర్తించం. నిజమైన జ్ఞానులు చంటిపిల్లలలాగా వజ్రాలకు, రాళ్ళకు మధ్య వ్యత్యాసం తెలుసుకోలేరు. జ్ఞానులకు కోరికలుండవు. అంతటా వాళ్ళు ఒకే ఆత్మను చూస్తారు. వారిది అంతర్ దృష్టి. అంతర్ దృష్టి అయిన సూక్ష్మ విచక్షణయే శివశక్తి. మనలోని శాశ్వతమైన, నిత్యమైన ఆత్మయే పరబ్రహ్మ. ఆ పరబ్రహ్మ యొక్క అభేద్యమైన, అవిభాజ్యమైన శక్తియే శివశక్తి. ఇది ఒక్కటే ప్రపంచంలో యదార్థము. మిగతాదంతా మిధ్య.

150. భగవంతుని యొక్క అతి ముఖ్యమైన శక్తియే ప్రాణశక్తి. అది ఒక్కటే యదార్థము. మనిషి ఎప్పడూ పరమ సత్యమైన భగవంతుని గురించే ఆలోచించవలెను. ఇదే ఆలోచన సరియైన ఆలోచన. సరియైన విచక్షణ, ఆలోచనయే మనిషి జీవితం యొక్క అసలు ఉద్దేశం. ప్రతి ఒక్కటి సాధన ద్వారా పొందవచ్చు. సాధన ద్వారా దేవున్ని, అతని రహస్యాలను సాక్షాత్కారం చేసుకోవచ్చు. సాధన వల్ల అన్నీ తెలుస్తాయి. సాధన మనిషిని పరిపూర్ణుని చేస్తుంది.

151. జ్ఞాని తనకున్న జ్ఞానాన్ని తనలోనే ఉంచుకోరాదు. తనకున్న జ్ఞానాన్ని ఇతరులకు పంచి, ఎక్కువ మందికి చేరేలాగా, విస్తారంగా వ్యాప్తి చెంది, మనుషులు సద్వినియోగం చేసుకునేలా చూడాలి. విత్తనమును ఒక పెట్టెలో భద్రముగా దాచిన యెడల, అది సమృద్ధిగా పంటనివ్వదు. విత్తనం భూమిలో నాటి కృషి చేసినపుడే సమృద్దిగా పంట నిస్తుంది. ఒక దీపంతో వెయ్యి దీపాలు వెలిగించవచ్చు. ఒక చెట్టుకు వెయ్యి పూలు పూచినా అవి నశిస్తాయి. అధోగతిలో, దిగువ స్థితిలో ఉన్న మనిషిని అశాశ్వతము, క్షయించే గుణము గల చెట్టు మీద పూలతో పోలుస్తారు. పురోగతి స్థితిలో ఉన్న మనిషి నాశము లేని అశ్వరము అయిన చెట్టుతో పోలుస్తారు. ఆత్మ సాక్షాత్కారం శాశ్వతము, ఈ స్థితి కాలానికి, స్థలానికి, హేతువునకు అతీతంగా ఉంటుంది. ఆత్మ ఒక్కటే యధార్థం..

152. పరమ సత్యమైన దైవ సాక్షాత్కారం కలిగిన మనిషిలో కోరికలు కరిగిపోయి మరల జనించవు, అంకురించవు. భగవత్సాక్షాత్కారం పొందిన వ్యక్తి తిరిగి ప్రాపంచిక విషయాలలో ఆసక్తి చూపించే హీన స్థితికి దిగజారడు. ఎలాగైతే బంగారు నాణెం మట్టిలో నాటితే మొలకెత్తదో, అలాగే ఆధ్యాత్మిక పరిపూర్ణతను సాధించిన వ్యక్తి లౌకిక, ప్రాపంచిక, విషయములలోకి దిగజారడు, ఆసక్తి చూపడు.

153. ప్రాణం లేని వస్తువు నిశ్శబ్దముంగా ఉంటుంది. ప్రాణం ఉన్న

వస్తువులో "శబ్ద బ్రహ్మ" ఉండి శబ్దాన్ని సృష్టిస్తుంది. విశ్వమంతా చేతన్యమే తప్ప వేరొకటి కాదు. విశ్వమంతా చైతన్యం యొక్క ప్రత్యక్ష రూపము. మనం ఇల్లు కట్టినప్పడు క్రింద పటిష్టమైన పునాదిని వేసిన తరువాత గోడలు కట్టాలి. ఆధ్యాత్మికంలో మొదట గురువును ఆశ్రయించి, ఉపదేశం పొందాలి. గురువు పాదముల చెంత ఆసీనులు కావటమే ఆత్మ సాక్షాత్కారానికి కారణము, ఫలము. ఈ ప్రపంచంలో కారణం లేకుండా ఏ కార్యము జరగదు.

154. భౌతికమైన అంధులకు ఆకారముల జ్ఞానం ఉండదు. అలాగే ప్రాపంచిక విషయాలలో ఆసక్తి కలవారికి భగవంతుని గురించి ఏమి తెలియదు. మానసిక స్థితిగతులను, మార్పు చేర్పులను పూర్తిగా నాశము చేసుకున్నవారికి కోరికలు కూడా నశిస్తాయి. వారు శాశ్వతంగా పరబ్రహ్మంలో లీనమై ఉంటారు.

155. చైతన్యంలోని ఉచ్ఛ స్థితిలో, శ్వాస తీసుకోవటం గణనీయంగా తగ్గిపోతంది. శ్వాస పూర్తిగా అంతర్గతమౌతుంది. అంతర్గత శ్వాసను తీసుకోవడమే ప్రాణామాయం. వారు శ్వాసను ఇడా, పింగళా నాడులు కలిసే బ్రహ్మరంధ్రంలో కేంద్రీకరిస్తారు. అలా చేస్తూ తమలోని కోరికలని నశింపచేస్తారు. అందరిలో ఏకత్వాన్ని, ఏకత్వంలో అందరిని చూస్తారు. హృదయాకాశంలోని స్వరాజ్యమే జీవుని యదార్థ స్థానం. ప్రాణ వాయువే మన జీవన జ్యోతి. క్రోధమును, కోరికలను నియంత్రణలో ఉంచటమే

స్వరాజ్యము. మనిషి తాను ఆచరించేదే చెప్పాలి, చెప్పిందే ఆచరించాలి.

156. నీటికి, అగ్నికి భయపడనప్పుడు నది దాటుట, నీరు కాచుట సాధ్యం అవుతుంది. జీవితంలో అయినా, ఆధ్యాత్మికంగా అయినా ఏదైనా సాధించాలంటే నిర్భయంగా ఉండటం ముఖ్యం.

157. ఎలాగైతే ఒక మామిడి చెట్టుకున్న మామిడి పళ్ళు ఒకేసారి పండనట్లుగా, మనుషులందరూ ఒకేసారి మోక్షాన్ని పొందలేరు. మొదట మనిషిలో అన్ని కోరికలు ఉంటాయి. తరువాత తన తప్పు తెలుసుకొని బాగా పండిన మామిడిపండులాగా తీయగా మారుతాడు. మనిషి ప్రశాంతతలో ఉన్నత స్థితిని పొందుటకు కృషి చేయాలి.

158. మనిషి శిరస్సు మామిడి పండులాంటిది. శిరస్సే జ్ఞానామృత స్థానం. కుండలిని జాగృతం చేసి ఆ శక్తిని మెదడు వరకు నడిపించి మన శిరస్సులోని జ్ఞానామృతాన్ని పొందాలి. మన పంచేంద్రియాల సారము, ఉత్కృష్టమైన శక్తి ఈ అమృతమే.

159. ఎలాగైతే రాత్రివేళలో చీకటిగా ఉన్న ఇల్లు సౌందర్యవంతంగా ఉండదో, అలాగే జ్ఞానం లేని మనిషిలో కళ ఉండదు. ఎంత అందమైన ఇల్లైనను, శరీరమైనను కొంతకాలానికి నశిస్తుంది. మన శారీరక వెలుతురు, కాంతియే కుండలిని శక్తి. ఎలాగైతే బురదలో దాగిన వస్తువుకు ఎలాంటి విలువ ఉండదో, వాసనలలో మునిగిన ఆత్మ వల్ల ఏ ఉపయోగం

ఉండదు. మనిషి ఎప్పుడైతే ఈ వాసనల నుండి విముక్తి పొందుతాడో అప్పుడు దేదీప్యముగా కీర్తితో ప్రకాశిస్తాడు. ఎలాగైతే బురదలో దొరికిన వజ్రాన్ని విసర్జించమో అలాగే ఆత్మ సాక్షాత్కారం కలిగిన తర్వాత ఆత్మని విసర్జించము.

160. చెడు దారిలో పడినవాన్ని, మనం సరిదిద్దాలి. అతన్ని చెడిపోకుండా కాపాడాలి. ఒక దుష్టుడైన మనిషిని సరిదిద్ది అతన్ని మంచి మార్గంలో నడిపించటానికి తీవ్ర కృషి చేయాలి.

161. ఏదైన పొడి మన కంట్లో పడితే మన ధ్యాస దాని వైపు ఉంటుంది, అదే విధంగా దృష్టి మన లోపలి వైపు ఉన్నప్పడు అది అంతర్గతమవుతుంది. అజ్ఞానము పొడి ఉన్న పెట్టె లాంటిది. దానిలో ఏముందో ఆ పెట్టె యజమానికే తెలుస్తుంది. నిజమైన నిధి మన జీవిత శక్తి. జ్ఞానమే పెట్టె. నిధి పెట్టెలో దాచిన తరువాత తాళం వేయాలి. తాళం వేయడము అంటే శిరస్సులో మనసుకు తగిన స్థానం కల్పించడమే. అప్పడు మనకు లభించే వస్తువే ఆత్మ. ఆత్మని మనలో నివసించే భగవంతుని వైపు మరల్చాలి. మనలోని రహస్యాన్ని అంతర్గతంగా తెలుసుకోవాలి. విశ్వం మనలో ఉంది, విశ్వంలో మనం ఉన్నాం. అంతరాత్మ అందరిలో ఒక్కటే, సమానమే.

162. సర్వోత్కృష్ణ వైనది, అత్యంత ప్రకాశవంతవైనది, విశ్వకాంతియే. మనసా! ద్వైత భావనను నశింపచేసి

అందరిలో భిన్నత్వంలో ఏకత్వాన్ని, ఏకత్వంలో భిన్నత్వాన్ని చూడు. భగవంతుని శక్తి అన్నిటిలోనూ చూడు.

163. మనిషి శ్వాస అనే ప్రాణంతో జన్మిస్తాడు. ప్రాణం వీడినప్పుడు అతను ఉండడు. ప్రాణమే మనది, శరీరం కాదు. శరీరం మనము చేసినది కాదు, మన వెంట రాదు. చరాచర జీవులన్నిటిలో శివుడిచ్చిన ప్రాణమొక్కటే, వ్యత్యాసం లేదు. వ్యత్యాసం అంతా బాహ్యముగా నడవడిలో కనిపించును. లోపల సూక్ష్మం ఒక్కటే. మనకు వినపడేది, గోచరించేది అస్థిరము, క్షణికమైన మాయ. మనకు వినిపించనిది, అగోచరమైనది, శాశ్వతమైన పరమసత్యం. దేవుడు మనకు జ్ఞానం, బుద్ధి ఇచ్చినా మనము సద్వినియోగం చేయకుండా అంటరానితనాన్ని పాటిస్తున్నాం.

164. మన చిత్త చాంచల్యం, భ్రాంతి వలన ఒక వ్యక్తిని చండాలుడు అని అంటాము. చండాలుని శరీరం, బ్రాహ్మణుని శరీరం, ఏ వ్యత్యాసం లేకుండా ఒకే విధంగా పని చేస్తాయి. తనలోని సద్గుణములు, దుర్గుణములే మనిషిని బ్రాహ్మణుడిగా, చండాలుడిగా చేస్తాయి.

165. ఇతరులను చండాలుడు అని పిలిచిన వారే చండాలురు. మనిషి భగవంతుని చేత సృష్టింపబడి తుదకు అతనిలోనే ఐక్యం పొందుతాడు. అరటికాయతో పలు రకములు ఆహార పదార్థములు చేయవచ్చు. పదార్థములు వేరైనను అరటికాయ ఒక్కటే. ఓంకారం అభేద్యము, అవిభాజ్యము,

ఓంకారం విశ్వమంతటా వ్యాపించినది.

166. రైలు కూడలి (జంక్షను) నుండి వివిధ ప్రాంతాలకు బయలుదేరిన రైలు బళ్ళు ప్రయాణం తరువాత తిరిగి అక్కడికే చేరుతాయి. అలాగే మాయ మనలోనే సృష్టించబడి తిరిగి మనలోనే అంతర్ధానమవుతుంది. మాయ పాలలో వెన్నలాంటిది. వెన్న పాలలోంచి ఉద్భవించి, పాలలోనే కలిసిపోతుంది. మహానుభావులైన సాధవుల వాక్కులు ఎవరూ వినకపోయినా చిరకాలం స్థిరంగా ఉంటాయి.

167. కొత్తగా ప్రయాణికుల సౌకర్యార్థం కట్టిన బంగళాలో ఒక కూలీని నియమించారు. అక్కడ జరిగే సమావేశానికి వచ్చేవారికి బంగళాలోని రాళ్ళకి, గోడలకి ఉన్న సున్నం అంటకుండా హెచ్చరించడమే అతను చేయవలసిన కార్యము. సమావేశం ముగిసిన తరువాత కూడా కూలికి అతని సేవలు ఇంక అవసరం లేదని ఎవరూ చెప్పనందు వల్ల, అతను అక్కడే బంగళాలోనే ఉండిపోయాడు. ఎంతోమంది కూలిలాగే ప్రవర్తిస్తారు. ఒక జ్ఞాని కూడ బంగళాలో కూలీలాగే లౌకిక విషయాలపై ఆసక్తి కలిగిన మనుషుల మధ్య ఉంటాడు. ఈ మనుషులకు సూక్ష్మజ్ఞానం కాని కర్మ గురించి కాని జ్ఞానం ఉండదు. నిరాసక్తితో, నిరాపేక్షతో చేసేదే కర్మ.

168. న్యాయాన్యాయాల గురించిన జ్ఞానం అత్యధిక మనుషులలో ఉండదు. న్యాయము లేని మనిషికి అన్ని తనకే కావాలని

ఉంటుంది. న్యాయబద్ధుడైన మనిషికి ఏది అవసరం ఉండదు. ఏది న్యాయమవెూ, ఏది అన్యాయమవెూ తెలుసుకోవలసిన అవసరం ప్రతి వ్యక్తి యొక్క కర్తవ్యం.

169. నదులు, చిన్న కాలువలు సముద్రంలో కలిసిపోయినట్లు, పరిమిత వస్తువులు అపరిమితమైన అనంతంలో ఐక్యం చెందుతాయి. ద్వైతం అద్వైతంలో తన ఉనికిని కోల్పోతుంది. ఏకత్వాన్ని పరిపూర్ణంగా అనుభవం ద్వారా తెలుసుకోవడమే అత్యున్నతము, సర్వోత్కృష్టము.

170. అందరితోను, అందరిలోను ఏకత్వం పొందిన వానికి జనన, మరణాల నుండి విముక్తి లభిస్తుంది. అలాంటి వాళ్ళు కోరుకున్నప్పడే మరణిస్తారు. మృత్యువుకు వారిపై నియంత్రణ ఉండదు. అందరిలో ఏకత్వాన్ని పరిపూర్ణంగా అనుభవించి తెలుసుకోవడమే మన జీవిత లక్ష్యం. అందరిలో ఆత్మను చూడటమే సమదృష్టి. దీనినే జీవాత్మ, పరమాత్మల ఐక్యత అంటారు. ఆత్మ ఒక్కటే అయినా, జీవుడు తనలోని ఆకాంక్షల వలన ప్రత్యేకత కలిగి ఉంటాడు. పరమాత్మ త్రిగుణములైన రజస్సు, తమస్సు, సత్వములకు అతీతుడైన అత్యున్నత నిశ్శబ్దం. పరమాత్మ నిరాకారుడు, నిర్గుణుడు.

171. ఏదైన వస్త్రముతో శరీరాన్ని కప్పేస్తే ఎక్కువ చలి వేస్తుంది. ఇంద్రియములను పూర్తిగా ఉపేక్షించి వాటిని నిర్మూలించాలి. గోడకు బయట కన్నా లోపలి వైపు సున్నం వేసే అవసరం ఎక్కువగా ఉంటుంది. బాహ్య శుభ్రత ఇతరుల కోసం

చేయాలి. అంతర్గత శుభ్రత మనకు మేలు చేస్తుంది. మనసు స్వచ్ఛంగా ఉండటము ముఖ్యం. అలా ఉంటే ఆత్మ సాక్షాత్కారం పొందవచ్చు.

172. భగవంతుడు సర్వ ప్రాణులలో వ్యాపించి ఉంటాడు. అతను నిర్గుణుడు. అతనే ఓంకారము. భగవంతుని ఆకారమే శాశ్వత ప్రశాంతత. తనను నమ్మిన వారిని ఆశీర్వదించి, తన భక్తులను పరిహాసము చేసి అవమానపరచిన దుష్టులను శిక్షిస్తాడు. తన భక్తులకు సులభమైన మరణం కలిగిస్తాడు. భగవంతుడే సర్వోత్కృష్టుడైన దాత.

173. ప్రాణము వలన మనిషిలో చలనము ఉంటుంది. ప్రాణం లేని వస్తువుకు చలనం, శబ్దం రెండూ ఉండవు. ప్రాణము ఉన్నవారికే చైతన్యం ఉంటుంది. ప్రాణం ఉన్న జీవులకు ఆలోచనా శక్తి ఉంటుంది. బ్రహ్మ యొక్క జ్యోతియే మనలోని చైతన్యం. న్యాయాన్యాయాల విచక్షణ మనుషులకు తెలుసు. సృష్టిలో మనిషే అత్యంత ప్రముఖుడు. సృష్టిలోని అన్ని జీవరాసుల కన్నా, వస్తువుల కన్నా అతనే సర్వోన్నతుడు. విశ్వాన్ని నడిపించే, శాసించే శక్తిని మనిషి సాధించగలడు కాని, మనిషి మనస్సు, చిత్తము చంచలము. చిత్త చాంచల్యమును నిర్మూలించి మనసును పరబ్రహ్మం పైన ఏకాగ్రం చేయాలి. మనిషి ఈ జీవిత కాలంలోనే మోక్షాన్ని పొందగలడు. శివలోకమే మన దివ్య దృష్టి, మూడవ కన్ను. శివనాడి సుశుమ్న నాడి. మాయ శివునిలో నుండి ఉద్భవిస్తుంది కాని, శివుడు మాయలో నుండి ఉద్భవించడు.

సృష్టి, లయ రెండిటికి శివుడు సృష్టించిన మాయ కారణం. సర్వప్రాణుల యందు, సర్వత్రా ఉన్న భగవంతుని శక్తి సృష్టించుట, నిర్మూలించుట సాధ్యం కాదు. మహాత్ములకు శక్తి అంతా అంతర్గతమై సూక్ష్మ స్థితిలో ఉంటుంది. ఆత్మ, కార్యము, ప్రయోజనము, మనసు, బ్రహ్మము, తారకము, నిద్ర, సుషుప్తి, సంపూర్ణ బాహ్య ప్రపంచం అన్ని వారిలోనే ఐక్యమవుతాయి. ఈ స్థితి పొందినవానికి అంతా శూన్యమే. విశ్వమంతా అతనే, అతనిలోనే విశ్వం.

174. భగవత్సాక్షాత్కారం పొందుటకు సూక్ష్మ విచక్షణ అవశ్యకం. సూక్ష్మ విచక్షణే ఉపాధి. ఉపాధి స్థానం మనిషి హృదయాకాశం. కుండలిని శిరస్సులోని హృదయాకాశానికి చేరినప్పడు, ఒకే శ్వాస అంతర్గతముగా ఉంటుంది. ఇలాంటి ఉన్నత స్థితిని చేరినప్పడు, విశ్వమంతా మనలోనే ఉంటుంది. విశ్వాన్ని నడిపించగల, పోషించగల అత్యున్నత శక్తిని పొందగలం. మనలోనే సర్వం చూడవచ్చు. ద్వైత భావన అనేది నరకం, ఏకత్వ భావనే ముక్తి. భక్తి అనేది స్వచ్ఛమైన ప్రేమ. మన జీవిత లక్ష్యం పరిపూర్ణత సాధించడం కాని లోపభూయిష్టము, కలతలు గల ప్రశాంతత కాదు. నది కన్నా హద్దులు లేని సముద్రం ఉన్నతమైనది. అలాగే అనంతుడైన భగవంతుడు మన అవగాహనకు అతీతంగా ఉంటాడు. కాంక్షలతో ఉన్న భక్తితో సాధన సాధ్యం కాదు. ముక్తి అంటే నిష్కామత్వం. సంసారము వదిలి మన జీవిత లక్ష్యమైన ముక్తిని పొందిన తరువాత పరమానందం పొందుతాము.

175. భగవంతుడే ఆనందం. భగవంతునిలోనే ఆనందం ఉన్నది. ఆనందమే జ్ఞానామృతం. సంపూర్ణ జ్ఞానం పొందినవారు పరమానందాన్ని పొందగలరు.

176. మనిషి తన దృష్టి అయిన ప్రాణశక్తిని అంతర్గతం చేసినప్పుడు, పరమానందం పొందుతాడు. అదే ఉపనయనం. హృదయమనే గుహలో నివసించడమే మనిషి లక్ష్యం. గుహలో జీవించడమంటే శరీరం లోపల జీవించడమే.

177. జీవాత్మే పరమాత్మ. జీవాత్మలోనే ఉన్న పరమాత్మ మీద దృష్టి కేంద్రీకరించి నిరంతర ధ్యానం చేయాలి. ఆకాశం బయట లేదు, మనలోనే ఉంది. ఈ స్థలమే మన శిరస్సులోని చిదాకాశం. మనలోనే ఉన్న హృదయాకాశం పైన ధ్యానం చేయాలి. ఇది సరియైన ధ్యానం.

178. జ్ఞానులెప్పుడు సమాధి అనే యోగ నిద్రలో ఉంటారు. వారికి పగలు, రాత్రి, సూర్యుడు, చంద్రుడు అనే వ్యత్యాసము ఉండదు. చెవిటిగా జన్మించిన వారికి శబ్దం ఎలా ఉంటుందో తెలియదు. జ్ఞానులకు కోరికలు, కాంక్షలు ఉండవు. సూక్ష్మ విచక్షణ కలవారికి అందరూ ఒక్కటే. మనసును నియంత్రించగలవాడే మనిషి. జ్ఞానులు నిరాపేక్షులు, నిష్కాములు. వారిలో ద్వైత భావన పూర్తిగా నిర్మూలించబడుతుంది. సూక్ష్మ విచక్షణ గలవారికి అందరూ ఒక్కటే. గాయత్రిని సాధించినవారు, ప్రాణ వాయువును ఊర్ధ్వ ముఖంగా తీసుకెళ్ళినవారు పరమానందాన్ని

పొందుతారు. పరమానందమే యోగానందం.

179. తన మనసును నియంత్రించినవాడే జగద్గురువు. గురువు కోరికలను భస్మం చేయాలి. కోరికలనే సన్నని పొర జీవాత్మను పరమ్మాతలో ఐక్యం చెందుకుండా నిరోధిస్తుంది.

180. తనలోని కోరికలను భస్మం చేసినవాడే సన్యాసి. అతనే జగద్గురువు. విశ్వమంతా అతనిలోనే ఉంది. అటువంటి మనుషులు విశ్వాన్ని శాసించి, నడిపించగల శక్తిని సంపాదిస్తారు. సన్యాసం ఆకాశంలాగా స్వచ్ఛమైనది. సన్యాసం నిర్మలము, నిష్కల్మషమైనది. గజిబిజిగా, చిన్నాభిన్నమైన లౌకిక ప్రపంచంలోనుండి సురక్షితంగా మనల్ని నడపగలిగే వాడు సన్యాసి. సన్యాసమంటే చేతన్యం. సన్యాసం ద్వారా, విశ్వమంతా అత్యున్నతమైన భగవత్ చేతన్యం యొక్క రూపాంతరంలా గోచరించే ఉన్నత స్థితికి చేరుకుంటాము. సన్యాసమే దివ్యజ్యోతి, అగ్ని బాహ్యము మరియు అంతర్గతము. సన్యాసము విచక్షణాగ్ని. నిజమైన సన్యాసం అనేది గ్రహించినవాడికి ఈ విశ్వమంతా సన్యాసంలో ఉంటుంది. విచక్షణా శక్తి విశ్వంలో ఉంది.

181. అగ్ని ముఖ్యముగా అంతర్గతము. అగ్ని అనేది జ్ఞానము యొక్క అంతరాగ్ని. సృష్టంతటికీ మూలము అగ్నియే. భగవత్సాక్షాత్కారం మనం చేసుకొని ఇతరులకు తెలియచేయుట మన ప్రథమ కర్తవ్యం. ఎలాగైతే మనకొక లక్ష్యం ఉంటుందో అలాగే ఇతరులకు అదే లక్ష్యం ఉంటుందని గ్రహించాలి. మనల్ని

మనం ఎలా పరిగణించుకొంటామో అలాగే ఇతరులను పరిగణించాలి. అత్యున్నతమైన జ్ఞానము భగవత్ జ్ఞానము. ఈ జ్ఞానము శ్రద్ధాసక్తులు కలవారందరికీ పంచాలి.

182. భగవత్సాక్షాత్కారానికి కావలసిన మొదటి అవసరం విశ్వాసం. రెండవది శ్రద్ధ, భక్తి. ఎప్పుడైతే బుద్ధి తీవ్రమైన విచక్షణా శక్తిని సాధిస్తుందో అప్పుడు మనం వివేకానందం, పరమానందం, సచ్చిదానందం అనుభవించగలం. సత్యం, జ్ఞానం అయిన సత్, చిత్ ఒక్కటైనప్పుడు ఆనందం ఉద్భవిస్తుంది, ఇదే బ్రహ్మానందం.

183. జీవమే శివుడు. శివుడే జీవము. శివుడు మనలో ఉన్నాడు. మనం శివునిలో ఉన్నాం. మనలో మాయ ఉన్నది. సృష్టింపచేయుటకు, లయమునకు, రెండింటికీ కారణం మాయ. త్రిగుణములైన సత్వ, రజ, తమస్సులకు అతీతుడైన వానికి మాయ నుండి విముక్తి లభిస్తుంది. మన శరీరం అన్న భావన తొలగి, మానావమానాలు శరీరానికి మాత్రమే అని గ్రహించిననాడు పరమానందం పొందుతాము. ఇదే ఆత్మ. ఆత్మ అన్నిటిలో ఉన్నతము, మానావమానాలకు ప్రభావితం కాదు.

184. మానము, అవమానము, వేడి, చలి, మంచి, చెడు, సుఖము, బాధ వంటి ద్వైత భావన లేనివాడు మానవ జీవిత లక్ష్యమైన సంపూర్ణ ప్రశాంతతను పొందుతాడు.

185. అవిభాజ్యమైన అనంతములో పరిమితముండదు. అది

విడగొట్టబడదు. వెలుతురులో చీకటి ఉండదు. రెండు ఒకే సమయంలో ఉండలేవు. గురువు లేని వారు దేవున్ని పొందలేరు. భగవత్సాక్షాత్కారానికి కారణం గురువు. గురువు వలన శిష్యుడు ఆత్మ సాక్షాత్కారాన్ని పొందుతాడు.

186. ఎలాగైతే అంధునికి చేతిలో దీపం నిరుపయోగమో అలాగే ఇతరులకు తమ జ్ఞానం పంచని జ్ఞానుల వల్ల ఉపయోగం లేదు. ఎలాగైతే కడుపు నిండా భుజించిన వానికి ఆహారం అవసరం ఉండదో అలాగే అత్యున్నత ఆధ్యాత్మిక స్థానం పొందిన మనిషికి ఇతరుల సాయం అవసరం ఉండదు. ఎలాగైతే ఆహారం వాసన చూసినంత మాత్రమున ఆకలి తీరదో అలాగే ఆధ్యాత్మిత విషయాలు చదివినంతనే, విన్నంతనే ప్రశాంతత చేకూరదు. ఎవరికి వారు స్వయంగా అనుభూతి పొందాలి. ఎలాగైతే మలినం తీసివేసిన తర్వాత బంగారం మెరుస్తుందో అలాగే మనలోని కాంక్షలు, క్రోధము తొలగిస్తేనే మనసు ప్రకాశిస్తుంది.

187. శరీరము ఆత్మకు నివాసం. మన శరీరం ఆత్మకు నివాసమే కాని తానే ఆత్మ కాదు అని తెలుసుకోవడమే సూక్ష్మ విచక్షణం. స్థూల శరీరం అశాశ్వతం, తాత్కాలికం. బ్రహ్మానందం అంటే ఏమిటో ఎవరూ చెప్పలేరు. శాశ్వతమైన ఆత్మ అందరిలో ఒక్కటే అన్న అవగాహన కలగాలి. హరి అంటే మాయ. శివ అంటే అన్నీ తెలిసిన ఉన్నతుడు. కోరికలు తీర్చుకొనుటకు మాయను ఆశ్రయించినవాడు సంతోషముగా ఉండడు. శాశ్వతానందం, శ్వాశతమైన ముక్తి, భక్తి ఇచ్చువాడు శివుడు. మాయ మనసును ప్రాపంచిక కోరికలతో ఉంచితే, శివుడు

మనసును నిష్కామంగా ఉంచుతాడు.

188. జన సమూహం మధ్యలో బండి నడిపేవాడికి ఎంత విచక్షణ ఉంటుందో అలాగే మనలో అలాంటి పదునైన విచక్షణ ఉండాలి. బుద్ధి యొక్క స్థానం మనసు కన్నా ఉన్నతంగా ఉంటుంది. బుద్ధి రాజు వంటిది. మనసు మంత్రి వంటిది. మన మొదటి గురువు మనస్సు, రెండవ గురువు మనకు ఉపదేశం చేసిన గురువు. మొదటి గురువు చీకటిని పారద్రోలి వెలుతురు చూపిస్తుంది. అంధకారం అనేది అజ్ఞానం, వెలుతురు జ్ఞానం. ఈ విశ్వానికి అధిపతి గురువే. అతనే ఓంకారం, బ్రహ్మ, విష్ణు, మహేశ్వరుడు. ఎండు కొబ్బరికాయలోని కొబ్బర పైచిప్పతో విడివడినట్లు, ఆత్మ మరియు శరీరం వేరు వేరు అని తెలుసుకోవాలి.

189. విశ్వంలో అంతా ఓంకారమే. భక్తి, దైవత్వములో బాగా ప్రగతి సాధించిన వారికి అంతర్‌దృష్టి ద్వారా ఓంకారం సూక్ష్మబిందువులాగా గోచరిస్తుంది. ఓంకారము లోపలా, బయటా వాయు రూపంలో వ్యాప్తి చెందుతుంది. భగవదానందం పొందినవారే శివశక్తి గురించి విశదీకరించగలరు. ఆత్మజ్ఞానం, గ్రంథ జ్ఞానం కన్నా ఉన్నతము.

190. హృదయాకాశంలోని కుండలిని యొక్క దివ్యజ్యోతిని బుద్ధి, జ్ఞానం ఐక్యమైన వారు మాత్రమే విశదీకరించగలరు. సూక్ష్మ విచక్షణయే బుద్ధి మరియు జ్ఞానము యొక్క ఐక్యత. మనిషి మనసు చంచలమైనది. మాయకు లోబడినది. మనసు

మంచిని, చెడుని సమానముగా స్వీకరిస్తుంది. మనసుకి ఏ తేడా లేదు కాని మన జిహ్వాకు పులుపు, కారము వంటి తేడా తెలుస్తుంది. మనిషిలోని బుద్ధికి విచక్షణా జ్ఞానం ఉంటుంది. ఎలాగైతే పక్షిని పంజరంలో బంధించి, కాళ్ళు కట్టివేసి, మాటలు నేర్పిస్తామో, అలాగే మనసు అనే పంజరంలో బంధించిన జ్ఞానం ఆత్మలో ఐక్యం చెందుతుంది. బుద్ధి, మనసు ఐక్యం అయినప్పడు ఆత్మ సాక్షాత్కారం కలుగుతుంది.

191. ముక్తి ప్రదాత శివుడు. మన శిరస్సులోని ఆత్మ లింగమే శివుడు. ఓంకారమే ఈ లింగము.. జ్ఞానోదయమే ఈ లింగము. జ్ఞానోదయమే అతి ముఖ్యమైనది. మన శరీరంలో నాడులు లేకపోతే శబ్దం వినలేము. జ్ఞానిని లాంతరుతో పోల్చవచ్చు. అతనిలో భక్తి దీపంలో నూనె వంటిది. ముఖ్యనాడి వత్తిలాంటిది. సూక్ష్మ విచక్షణ వెలుతురు ఇచ్చే అగ్ని లాంటిది. చిన్న నాడులు లాంతరు అద్దం వంటివి. మెదడులోని సందులు లాంతరులో వాయు రంధ్రాల వంటివి. తన చుట్టూ విస్తరించే అత్యున్నత ప్రశాంతత, లాంతరులోని వెలుతురు వంటిది. జ్ఞాని లాంతరులా సంపూర్ణ ప్రకాశవంతుడు.

192. ప్రాణం లేని వస్తువులో శ్వాస లేనందువల్ల శబ్దం చేయలేదు. శ్వాస తీసుకోలేని వస్తువు శబ్దం చేయలేదు. ప్రాణము యొక్క శక్తి ఎండాకాలంలోని చెరువులాగా క్రమేణా తగ్గుతుంది. ప్రాణం ఉన్నంతవరకు శరీరములో రక్త ప్రసరణ ఉంటుంది. ప్రాణం ఆహారము, పానీయములు లేకుండా

చాలా రోజులు ఉండగలిగినా, ప్రాణశక్తి లేకుండా అయిదు నిమిషములు కూడా జీవించలేము.

193. అన్ని శక్తులలో మాయా శక్తి అత్యధికమైనది. మాయను అధిగమించాలంటే నిరంతర ప్రయత్నం అవసరం. ప్రాణశక్తి లేని మనిషి చైతన్యం లేకుండా ఒక రాయి లేదా ఒక శవంలా ఉంటాడు. శ్వాస సక్రమంగా లేకపోతే జీర్ణశక్తి మీద ప్రభావం పడుతుంది. ఎన్నో చిక్కులు వచ్చి అన్ని వ్యాధులకి హేతువు అవుతుంది.

194. అన్నీ లోపల నుండి అంతర్గతంగా వస్తాయి. బయట నుండి ఏమి రాదు. ఒక వ్యక్తి తన సహజ ప్రకృతి వల్ల స్వతహాగా చెడ్డవాడైనా, మంచివాడైనా అవుతాడు కాని, ఇతరుల వల్ల కాదు. అలాగే ఓంకార శ్వాస మనకు అంతర్గతంగా రావాలి. ఇది జరిగినప్పుడు మనలో అంతర్గత స్వచ్ఛత ఏర్పడుతుంది. చెడు మంచిలో కలిసిపోయినప్పుడు మంచిగా మారుతుంది. మన చేతిలో ఉన్న వస్తువుకు వాసన, పరిమళం, విలువ ఉండదు. ఇతరుల నుండి వచ్చిన వస్తువుకు పరిమళం, విలువ ఉంటుంది. దూరముగా ఉన్నవారికి విలువ ఎక్కువగా ఉంటుంది. మన ప్రక్కన ఉన్న ఎంత గొప్ప వారికైనా అంత విలువ ఇవ్వము. రాజయోగము సంపూర్ణంగా అవగాహన చేసుకున్న రాజయోగి శాశ్వతానందమును అనుభవించే నిత్యానందుడు. అలాంటి వ్యక్తి ఎప్పుడూ సర్వత్రా వ్యాప్తి చెందిన ఓంకారము లోను, ప్రణవంలోను లీనమవుతాడు. ప్రారంభంలో పరిపూర్ణమైన

ప్రశాంతత సాధించినప్పుడు మనలోని మాయ ప్రకటితమవుతుంది. మనం ఎక్కడ ఎటు చూస్తే అక్కడ సర్పములు కనిపిస్తాయి. ప్రారంభ దశలో సాధన చేస్తే ఒక పర్వతం లాంటి బరువు అనుభూతి కలుగుతుంది. కొన్నిసార్లు భూమి నుండి పైకి ఎత్తివేసినట్లుగా, సముద్రంలో కూర్చున్నట్లుగా, వేడి నీరు మీద కుమ్మరించినట్లుగా భావన కలుగుతుంది. మరొకసారి దివ్యమైన పై అంతస్తులో కూర్చున్నట్లుగా, సూదిలాగా, ఆకులాగా తేలిక భావన కలుగుతుంది. అప్పుడప్పుడు మనం నిల్చున్నట్లుగా, కూర్చున్నట్లుగా, నడుస్తున్నట్లుగా కాని ఏ భావన కలుగదు. అలాంటప్పుడు మనకు బాహ్య శరీర స్పృహ ఉండదు. అంతా ఆత్మయే, శరీరం అసలు ఉండదు. అన్నీ ఆలోచనలు, భావాలు పూర్తిగా నిలిచిపోతాయి. శరీరం కొబ్బరిచెట్టులా అచేతనంగా మారుతుంది. మరొకసారి మనుషులంతా ఒక నాటకంలోని నటులలాగా కనిపిస్తారు. ఒక్కోసారి నల్లటి ముఖాలు కనబడతాయి. పరిపూర్ణమైన ప్రశాంతతో అఖండమైన తెలుపుతనము కనపడుతుంది. అంధకారంలో వెలుతురు, వెలుతురులో అంధకారం ఉంటుంది. ఇదంతా బయోస్కోపులోని ఆటలాగా అనిపిస్తుందది. వేరే అప్పడు సచ్ఛితానంద అనుభవం కలుగుతుంది. కొన్నిమార్లు ఎన్నో ప్రశ్నలు ఏర్పడతాయి. మనుషులు ఈ లోకానికి ఎందుకు వచ్చారు? ఎక్కడికి వెళ్తున్నారు? వాళ్ళ ముఖ్య కర్తవ్యం వారికి తెలియదు. క్రిందకు రావటం అశాశ్వతం, పైపైకి వెళ్ళటమే శాశ్వతం. ఎవరైతే ఆధ్యాత్మికంగా ఒక్కొక్క మెట్టు దాటుతూ

పై అంతస్తు చేరి చుట్టూ చూస్తారో వారికి కనపడేది, వినపడేది, ఏది చేసినా అంతా తెంచుకోలేని, చిక్కు విడదీయలేని వలలాగా కనబడుతుంది. అంతా చొచ్చుకొని పోయే ఓంకారమే అంతటా వ్యాపించిన ప్రణవం. పక్షులు, విమానం వంటివి గాలిలో విహరిస్తాయి. మనుషులు, మృగముల వంటివారు. మృగములు మనుషుల వంటివి. మనుషులు మృగముల వలె ప్రాపంచిక సుఖములలో మునిగిపోయి వారి నిజమైన లక్ష్యమును మరిచిపోతారు. శునకములు జ్ఞానుల వంటివి. ఒక్కసారి పోషించితే మరణించేవరకు మరిచిపోవు. ఒక్కసారి పోషించిన యజమానిపై నిరంతర ప్రేమ కలిగి ఉంటుంది. అలాగే జ్ఞానులు ఇతరులు చేసిన మేలును ఎన్నటికీ మరువరు. మనుషులకు సూక్ష్మ విచక్షణ లేదు. ఎక్కడినుంచి వచ్చాము, ఎక్కడికి వెళ్తున్నాము అన్న ఆలోచనా జ్ఞానం ఉండదు. పరిపక్వత చెందిన వివేకవంతులు శునకములా ఉండాలి.

195. అధ్యాత్మిక రాజ్యానికి జ్ఞాని రాజు. ప్రాపంచిక రాజులను ప్రత్యక్షంగా విమర్శించడానికి ప్రజలు భయపడతారు, కాని పరోక్షంగా వారి చెడు గుణముల గురించి మాట్లాడతారు. సూర్యకాంతిని ఒకసారి చూసి ఇంటి లోపలికి వస్తే కొద్దిసేపటి వరకు ఏమీ కనిపించదు. అదే విధంగా చీకటి ప్రదేశం నుండి వెలుతురులోకి వస్తే ఎక్కడికి వచ్చినది వెంటనే తెలియదు. అలాగే అంతా ఆత్మయై ఉండి శరీర స్పృహ లేని జ్ఞాని దర్శనమునకు వెళ్ళినవారు అతని సమక్షములో,

చుట్టూ ఉన్న పవిత్రత వలన ప్రభావితులై వాళ్ళ సహజ ప్రకృతిని మరిచిపోతారు. తమ కర్తవ్యాన్ని, తమని తాము మరచిపోతారు.

196. నిద్రలోంచి అకస్మాత్తుగా భయంతో మేల్కోని కూర్చున్న వ్యక్తికి ఏ విషయం పైన ధ్యాస ఉండనట్లే, యోగ నిద్రలో ఉన్న జ్ఞానులకు బాహ్యా ప్రపంచంపై ఏ విధమైన అవగాహన ఉండదు. ఛత్రము ఉన్నవాని తల వర్షపు నీరుతో తడవదు. ప్రతి రోజు ఆహారము తీసుకునే వారికి ఆకలి వేస్తుంది. చల్లటి నీళ్ళలో పూర్తిగా మునిగినవారికి చలి వేయనట్లే, పరిపూర్ణమైన వ్యక్తికి క్రోధము ఎప్పటికీ కలగదు. వేయించిన విత్తనం మొలకెత్తనట్లు, జ్ఞాని రాగద్వేషాలను పూర్తిగా నియంత్రించి వాటి వల్ల ఎప్పటికి ప్రభావితం కాడు. మెరుగుపెట్టిన బంగారం లాగా మనసు స్వచ్ఛంగా ఉండాలి.

197. ఉన్నత శ్రేణి నాగుపాము అంతర్గత ప్రాణాయామము కలిగి ఉంటుంది. నాగ స్వరము నుండి వచ్చే మధుర సంగీతముపై పూర్తి ధ్యానము పెడుతుంది. అలాగే మనిషికి సంపూర్ణ ప్రశాంతత, సాధన కోసం ఏకాగ్ర ధ్యానం అవసరం. ఆవు తన దూడను ప్రేమించినట్లు జ్ఞాని అందరినీ ప్రేమిస్తాడు. అందరినీ ఒకే దృష్టితో ఏ భేదము లేకుండా చూస్తాడు. దీనినే సమదృష్టి అంటారు. తలుపులు లేకుండా ఏ ఇల్లు ఉండదు. పాత్రలు లేకుండా వంట ఉండదు. అలాగే ప్రాణశక్తి లేకుండా ఎవరూ ఉండలేరు. ప్రాణశక్తియే అత్యంత అవశ్యకము. పక్షులలాగా మనిషి వర్తమానం గురించి ఆలోచించాలి.

ఇదే స్వచ్ఛమైన పరిత్యాగం, సన్యాసం. పెట్టెలో పెట్టిన విత్తనం ఎప్పటికీ మొలకెత్తదు, భూమిలో నాటినప్పుడే మొలకెత్తుతుంది. అలాగే మనం సాధన చేస్తేనే అనుభవం వస్తుంది. మన ఆనందానికి, బాధలకు మనమే బాధ్యులం.

198. భగవంతునికి ఏ పక్షపాతం లేదు. కులమతాల భేదం లేకుండా అందరు దీపమును వాడినట్లు, సూర్యుడు అందరికీ ఒకే వెలుతురునిచ్చినట్లు, సూర్యుడు అందరికీ ఒకేలా కనపడినట్లు, భగవంతునికి అందరూ ఒక్కటే. ఎలాగైతే అగ్ని అందరికీ ఒకేలాగా కనపడుతుందో అలాగే అందరూ భగవంతుని సమానముగా పొందవచ్చు. అత్యున్నతమైన బుద్ధి, జ్ఞానము, దివ్యదృష్టి సాధించిన వారికి లభిస్తుంది. ఆధ్యాత్మికంగా అత్యున్నత స్థానం పొందిన స్థితిలో బుద్ధి, జ్ఞానం ఏకమవుతాయి.

199. సూక్ష్మ విచక్షణ లేని వారికి మనుషులుగా పరిగణించతగ్గ యోగ్యత లేదు. మనిషి మృగం కాదు. మనిషికి సూక్ష్మ విచక్షణ ఉంటుంది. అదే మనిషికి, మృగానికి ఉన్న వ్యత్యాసం. ఈ విచక్షణను భగవత్సాక్షాత్కారం కోసం ఉపయోగించాలి. శారీరక తలంపు, ధ్యాస స్థూలము, ఆత్మ గురించిన ఆలోచన సూక్ష్మము. జీవాత్మ స్థూలము, పరమాత్మ సూక్ష్మము. స్థూలము లేకుండా సూక్ష్మము తెలుసుకొనలేము. పునాది లేకుండా ఇల్లు కట్టలేము. సూక్ష్మ విచక్షణనే శివశక్తి అంటారు. ఈ శక్తి తీవ్రమైనప్పుడు, మనిషి మహోన్నతుడవుతాడు. అతను ఆనందంగా ఉంటాడు, అతనే బ్రహ్మణుడు, పరబ్రహ్మం

తెలుసుకున్నవాడు. వేదాంత ప్రవర్తన వల్ల యదార్థ, సత్యమైన స్వభావం ఏర్పడుతుంది. ఆధ్యాత్మికంగా సాధించే అత్యున్నత స్థితి వేదాంతం.

200. పరిపూర్ణమైన నిష్కాముడు అయినవాడు జగద్గురువు, అతనే సన్యాసి. అతను ఈ ప్రపంచంలో కోరికలను పూర్తిగా త్యజించిన అవధూత. అవధూత కన్నా ఉన్నత స్థితి లేదు, అతడు అందరికన్నా పైనుంటాడు. ఈ ఇహలోకాన్ని, పరలోకాన్ని ఐక్యం చేసుకున్నవాడు అవధూత. చేతన్య ఆకాశము, వాస్తవ ఆకాశము, బంధముల నుండి విముక్తి, స్వీయ నియంత్రణ, ఆనందం, బ్రహ్మానందం, నిజమైన ఆనందం, యోగానందం, మనిషి జన్మ సార్థకత నెరవేర్చుట, ముక్తిపై నియంత్రణ, చక్రవర్తులకు పాఠాలు నేర్పించే శక్తి, అన్ని అతని స్వాధీనంలో ఉంటాయి. అవధూత అత్యంత శక్తిమంతుడు, దేవునితో సమానం.

201. భగవంతునిపై ధ్యానం చేయువాడు, నిష్కాముడు అయినవాడు ఈ లోక రక్షకుడు. అలాంటి మనిషి సాధారణ మనుషులను మాయ నుండి విముక్తులను చేసి దివ్యత్వం వైపు నడిపించగలడు. నిరంతరం భగవంతునిపై ధ్యానం చేయువాడే ముని. అలాంటి వ్యక్తి శివునితో ఒకడుగా ఉత్కృష్ట చేతన్యంలో ఉంటాడు. అతడే శివుడు, శివుడే అతడు. కనిపించే విశ్వం అంతా శివుడే, ఏకత్వమే. శివశక్తియే విశ్వమంతా ఉందని అతనికి అవగాహన కలుగుతుంది. శివుడు సర్వవ్యాప్తి చెందినవాడు.

202. శాశ్వతమైన పరమ సత్యాన్ని గ్రహించని వాడు యాచకుడు. ప్రాపంచిక ఆలోచనలను నిర్మూలించనివాడు యాచకుడే. మనిషికి రెండు మార్గములున్నవి. ఒకటి ప్రాపంచిక విషయాలలో చిక్కుకుని అధోగతి పాలవడం. రెండవది ఊర్ధ్వముఖంగా దృష్టి నిలిపి భగవంతునిలో ఐక్యం కావడం. క్రింది వైపు దృష్టి పెట్టినవాడు యాచకుడు.

203. మానవమానములను సంపూర్ణంగా ఉపేక్షించేవారు బ్రహ్మానందాన్ని అనుభవిస్తారు. మన జ్ఞాన శక్తిని శిరస్సులో ఏకాగ్రతతో అయిదు నిమిషాలు కేంద్రీకృతం చేస్తే దివ్యానందం పొందగలం. బుద్ధి, జ్ఞానం రెండూ ఐక్యం అయితే అత్యున్నత ఆనందం అనుభవించగలం. ఎవరైతే మూల కారణమును తెలుసుకోలేదో, వారు జీవిత లక్ష్యాన్ని సాధించలేరు. సృష్టికి మూల కారణం భగవంతుడు. భగవత్సాక్షాత్కారం లేనిదే జీవిత లక్ష్యాన్ని పొందలేము. ఎగురుతున్న పురుగులు కాలుతున్న దీపములో పడినట్లు, భగవత్సాక్షాత్కారం పొందని వారు మాయ యొక్క వలలో చిక్కుకుంటారు. అలాంటి మనుషులు లౌకిక ప్రపంచంలోని ద్వైతంలో చిక్కుకుంటారు. పురుగులు దీపం చూస్తూ దాని చుట్టూ తిరుగుతూ చివరకు అందులో పడి మాడిపోతాయి. అలాగే మనిషి ప్రాపంచిక సుఖాల యొక్క క్షణికమైన ప్రకృతిని తన కళ్ళ ముందు చూస్తాడు. అయినా వాటిలోనే నిమగ్నులై ఉంటారు. ఆత్మ సాక్షాత్కారం పొందకుండా నికృష్ఠమైన మరణం పొందుతారు.

204. ప్రాణాయామ సాధన చేయని వారికి యోగము సిద్ధించదు. ఎలాగైతే త్రాడు లేకుండా బావిలోంచి నీరు చేదడం అసాధ్యమో అలాగే మనిషి ప్రాణాయామం చేయకుండా కుండలిని శక్తిని మూలాధారము నుండి శిరస్సులోని సహస్రారమునకు నడిపించడం అసాధ్యం. బంధముల నుండి విముక్తి పొందని వారు ప్రశాంతతను అనుభవించలేరు. ఎలాగైతే నీరు లేకుండా ఎవరూ జీవించలేరో, అలాగే ప్రాణశక్తి లేకుండా ఎవరూ జీవించలేరు. తనలోని మనసు క్రమంగా అదృశ్యం అయినప్పుడు, మనిషి సంపూర్ణ నిష్కాముడవుతాడు. మనిషిలోని కోరికలు, కాంక్షల సృష్టికి మనసే కారణం. చంటి పిల్లలు ఆరు నెలల వయస్సు వరకు రాజ యోగులు. ఏ కోరికలు ఉండవు, తరువాత ఒక్కొక్కటి నేర్చుకొని హఠయోగులవుతారు. పిల్లలలో కొద్దిగా వృద్ధి చెందిన మనసు చంచలంగా ఉంటుంది. ఎలాగైతే ఫలము ఒక వృక్షము పైన ఉన్నట్లు, మనిషిలోని జ్ఞానము సుషుమ్నానాడి కొన భాగంలో ఉంటుంది. జ్ఞానము తన స్థానమైన శిరస్సులో ఊర్ధ్వ మఖముగా ఉంటుంది. కొబ్బెర చెట్టుకు కొబ్బెరికాయలు పైన కాస్తాయి. అలాగే అన్ని చెట్లకు పళ్ళు ఊర్ధ్వ ముఖముగా ఉంటాయి. మనిషిలో ఊర్ధ్వ ముఖముగా ఉన్న జ్ఞానము యొక్క స్థానం శిరస్సు.

205. ఎలాగైతే మనిషి ఛత్రమును పట్టుకుంటాడు కాని ఛత్రము మనిషిని పట్టుకోదో, అలాగే మనిషి మాయకు వశుడౌతాడు, కాని మాయ మనిషికి కాదు. మనిషిలోని

మననం మాయకు వశమవుతుంది. మననంను నిర్మూలించినపుడు, అన్ని భేదములు నశిస్తాయి, మనిషి సంపూర్ణంగా నిష్కాముడవుతాడు. నిష్కామంగా ఉండే మనిషి సన్యాసి, అతనే యోగి. మనసున్న మనిషికి అన్నిటి మీద వ్యామోహం ఉంటుంది. మనసును నియంత్రించిన మనిషికి ఏది అక్కరలేదు. విశ్వమంతా అతనిలోనే ఉంటుంది. అతనిలో పరిపూర్ణమైన ప్రశాంతత, సంతృప్తి ఉంటాయి. ఒక పొగవాడ (స్టీమర్)నావలో అన్ని వస్తువులు లభించినట్లు మనసును జయించిన మనిషి వద్ద ప్రపంచమంతా ఉంటుంది. ఈ జగత్తును పాలించే అత్యున్నత శక్తిని అతను వాస్తవంగా సాధిస్తాడు.

206. మనిషిలోని మనసు క్రమంగా అదృశ్యం అయితున్నప్పడు అతను చూచినదంతా చుట్టూ తిరుగుతున్నట్లుగా ఉంటుంది. అన్నిటిలోను ఏకత్వాన్ని అతను అవగాహన చేసుకుంటాడు. మనసు నిర్మూలనం జరిగినప్పడు ఏకత్వం ఒక్కటే ఉంటుంది. పడవ కదులుతున్నప్పడు చుట్టూ ఉన్న వస్తువులన్ని కదులుతున్న భావన కలుగుతుంది, కాని వాస్తవముగా పడవ మాత్రమే కదులుతుంది. అదే విధముగా మనసు మార్పు చెందినప్పడు అంతా మారుతుంది. నిద్రావస్థలోని అనుభూతులు, జాగృతావస్థలోని అనుభూతులు వేరుగా ఉంటాయి. పాత్రలో నీరు లేకపోతే శబ్దం రాదు. నీరుంటేనే శబ్దం వస్తుంది. నాగుపాము నిద్రలో కాటు వేస్తే, మనసు నియంత్రణలో ఉండటం వలన మరణం

సంభవించదు. మనసును నిర్మూలిస్తే సృష్టే ఉండదు. సృష్టి అనేది మన భ్రాంతి, మానసికమైనది. మనసు ఆత్మలో లీనమయితే అంతా ఏకత్వమే, అంతా ఒక్కటే.

207. సాధన ప్రారంభ దశలో, సాధకుడు నిద్రను తగ్గించుకోవాలి. అలవాట్లు పరిమితముగా చేసుకొని, సరియైన ఆహారమును తగిన మోతాదులో తీసుకోవలెను. చల్లటి నీళ్లలో స్నానం చేయరాదు. చల్లటి నీళ్లలో నాలుగు, అయిదు గంటలకొకసారి స్నానం చేస్తే శరీరములో రక్త ప్రసరణ సక్రమముగా జరుగదు. ప్రారంభంలో సాధకుడు రహస్యముగా సాధన కొనసాగించాలి. ఎలాగైతే నటుడు మొదట తెర వెనుక ఎలా పూర్తిగా సన్నద్ధుడైన తరువాత వేదిక మీదికి వస్తాడో, అలాగే సాధకుడు మొదట తన కార్యమును రహస్యముగా ఉంచాలి, తరువాత అవసరం లేదు. నిండుగా ఉన్న పాత్రలో నీళ్ళు పోస్తే, నీరు ఎలా బయటికి పొర్లిపోతుందో, అలాగే పరిపూర్ణమైన ప్రశాంతత సాధించినప్పుడు రహస్యం బహిర్గతమవుతుంది, అందరికి తెలుస్తుంది. పూర్తి ప్రశాంతత సాధించినవాడు నిష్కాముడు. దీనికన్నా ఉన్నతమైన ప్రశాంతత లేదు.

208. భగవంతుడే అత్యున్నతమైన ప్రశాంతత కలిగించేవాడు. భగవంతుడే ఓంకారం. అతడు నిరాకారుడు, మార్పుచెందని వాడు. గుణములకు అతీతంగా నిష్పక్షపాతంగా ఉండేవాడు. అతడే సంపూర్ణమైన ఆనందం కలిగించేవాడు. చంటి పిల్లలను ఊయలలో జోలకొట్టి నిద్రపుచ్చినట్లు, మనసును

తలగడ చేసి అంతర్గతంగా నిద్రపోవాలి. మనిషిలో మనసు అచేతనంగా ఉండాలి. అప్పుడే ఆత్మ సాక్షాత్కారం కలుగుతుంది. పరీక్షలలో ఉత్తీర్ణత పొందకపోతే ఉద్యోగం రాదు. ఆంగ్లం మాట్లాడడం వచ్చి, వ్రాయటం రాకపోతే ఉద్యోగం రాదు. ఆంగ్లం మాట్లాడడం వచ్చి వ్రాయటం రాకపోతే ఆంగ్లం పూర్తిగా తెలియనట్లే. అలాగే వేదాంతం గూర్చి ఊరికే మాట్లాడితే భగవత్సాక్షాత్కారం పొందినట్లు కాదు, భగవదానంద అనుభూతిని పొందాలి.

209. రాజయోగమనేది కంఠం పైన ఉంటుంది. మనిషిలోని కుండలిని శక్తి సుషుమ్న ద్వారా కంఠం పైకి చేరితే, అతను రాజయోగ కక్షలోకి ప్రవేశిస్తాడు. కుండలిని కంఠం కింద ఉంటే ఆ యోగమును హఠయోగమంటారు. ఏ విధంగా మన శరీరములో మూలాధార నుండి వేయి రేకులు గల సహస్రారం వరకు ఏడు చక్రాలు ఉంటాయో అలాగే రాజయోగంలో కంఠంపైనుండి ఏడు కమలములు ఉంటాయి. రాజ యోగంలో మూలాధార కంఠ స్థానంలో ఉంటుంది. ఇతర సిద్ధాంతముల వలె వెన్నుపూస పీఠములో ఉండదు. కంఠ స్థానమే మూలాధారము. అక్కడి నుంచే సర్వశక్తి అయిన కుండలిని రాజయోగములో ఉద్భవిస్తుంది. కంఠ స్థానంలో హృదయాకాశం నిజమైన స్థలము. కుండలిని కంఠస్థానం నుండి హృదయాకాశం చేరుకోవాలి. హృదయాకాశం భృకుటి మధ్యలో భ్రూమధ్యంలో ఉంటుంది. స్వాధిష్టానము మెదడులో ఉంటుంది. ఆరవ కమలము

అయిన ఆజ్ఞచక్రం, త్రికోణకారంలో ఉంటుంది. మనిషి ఆజ్ఞ స్థానంలోనే ముక్తి పొందుతాడు. కుండలిని ఆజ్ఞచక్రం చేరుకోగానే సమాధి అనుభవం కలుగుతుంది. హృదయాకాశంలో ఆజ్ఞ స్థానం ఉంది. ఈ ప్రపంచమనేది జీవాత్మ, అవతల ప్రపంచం పరమాత్మ. ఈ రెండు ప్రపంచాలు చిదాకాశంలో ఐక్యమవుతాయి. చిత్తము అనేది మానసిక స్థితి. సత్యం ఒక్కటే, అది అఖండం, అవిభాజ్యం. చిత్తము, సత్యము ఆత్మలో ఐక్యము కావాలి, ముక్తిని సాధించాలి.

210. ప్రాణాయామంలో ఉచ్ఛ్వాస పూరకము, శ్వాస నిలుపుట కుంభకము, శ్వాసను మెల్లిగా విసర్జించునది (నిశ్వాస) రేచకము. ఎలాగైతే బియ్యం నుండి ఎన్నో రకముల పిండి వంటలు చేయవచ్చునో, అలాగే ఒక్క ప్రాణశక్తి నుండి ప్రతి ఒక్కటి సాధించవచ్చును. ప్రాణశక్తిని నియంత్రించి మెదడులోని సహస్రారం వరకు తీసుకెళితే విశ్వమంతా మనలోనే ఉంటుంది. అలాంటి మనిషికి ఏకత్వ అనుభవం కలుగుతుంది. ప్రాణాయామం వల్ల మనిషిలో శివశక్తి సిద్ధిస్తుంది. మనిషి శిరస్సులోని బ్రహ్మరంధ్రంలో శివశక్తి ఐక్యమైనప్పడు భగవంతుని శిరస్సులో ఐకమత్యం చెందుతుంది. అలాంటి వ్యక్తి అత్యున్నతమైన ఆనందాన్ని పొందుతాడు.

211. శివశక్తి ఏకము, అవిభాజ్యము, అఖండము. శివశక్తియే ముక్తి దాయకము. శివశక్తి ఉచ్ఛ్వాస. శివశక్తి ప్రాణవాయువు. శివశక్తి ఓంకారము, అదే ప్రణవము. శివశక్తిని గ్రహించిన

వారికి లోకమంతా శివశక్తిమయం. శివశక్తి కన్నా ఉన్నతమైనది లేదు. ప్రణవం నుండి సృష్టి ఆవిర్భవించింది. ఓంకారం యొక్క చేతనాశక్తియే ప్రణవం. ఓంకారము సంపూర్ణ అచేతనావస్థలలో ఉన్న అత్యున్నత శక్తి. ప్రణవమంటే శరీరము యొక్క చేతన్యము. ఓంకారము ఆత్మ చేతన్యము. ఎండు కొబ్బరకాయలోని కొబ్బెరలాగా ఓంకారం దేనికి అంటుకొని ఉండదు. అన్నిటికి అతీతంగా ఉండేది ఓంకారము. ఎలాగైతే పరిమితము ఆనంతంలో, నది సముద్రంలో ఐక్యమైనట్లు, నదులతో పోల్చబడిన మానసిక స్థితులు, సముద్రంలో పోల్చబడిన శివశక్తిలో ఐక్యం చెందుతాయి. ఆత్మ సాక్షాత్కారం కలిగితే, మనసు ఆత్మలో లీనమవుతుంది. మనసు తన అస్థిత్వాన్ని కోల్పోయి ఆత్మలో లీనమవుతుంది. అగ్నిలో కాల్చిన కాగితం, అగ్నిలో కలసిపోతుంది. అగ్నిలో కాల్చిన కాగితం వలె ఆత్మ సాక్షాత్కారం కలిగిన తరువాత ఆత్మ, మనసు ఐక్యం చెందుతాయి. అయిదారు రహదారులకు ఒకటే కూడలి ఉండి ఒక దగ్గర కలుస్తాయి. ఈ రహదారులపై నడక ద్వారా కాని రైలు ద్వారా కాని ప్రయాణం చేయవచ్చు. మన శరీరము మనుషులు వచ్చి, పోయే రైలు వంటిది. మనుషులు శరీరంతో జన్మిస్తారు. శరీరము పడిపోతే మనుషులు కూడ లోకం వదిలి వెళతారు. ఈ శరీరము ఒక రైలు వంటింది. ఆత్మ వస్తూ పోతూ ఉంటుంది.

212. ఆధ్యాత్మిక సాధన చేసేటప్పడు శరీర భంగిమను ధృడముగా ఉంచాలి. ప్రాణాయామ సాధనలో శరీరము నిలకడగా,

స్థిరముగా ఉండాలి. రాజయోగములో శరీర భంగిమ సులభముగా ఉంటుంది. ఆసనము అంటే పీఠము.

213. సమాధి అంటే మనలోని స్వశక్తిని నియంత్రించుట. మనిషిలోని శక్తిని నియంత్రించి మెదడులోని సహస్రారం వరకు నడిపిస్తే, మనిషి సమాధి యొక్క పరమానందాన్ని పొందుతాడు. సమాధి ఉచ్ఛ్వాస వలనే సిద్ధిస్తుంది. ఊర్ధ్వ ముఖముగా ఉన్న ఉచ్ఛ్వాసమే తారక బ్రహ్మ. సర్వోత్కృష్ఠమైన పరమాత్మను పొందినవాడే రాజయోగి. కూర్చున్న, నిల్చున్న, నడుస్తున్న, అలాంటి మనిషి భగవంతునిలో లీనుడై ఆ ధ్యానలోనే ఉంటాడు. రాజ యోగము పొందినప్పుడు, మెదడులో మనసుకు అత్యున్నత స్థానం లభిస్తుంది. అప్పుడు మనసు ఆనంద సముద్రంలా ఉంటుంది. రాజ యోగము అంటే అన్ని యోగములకు రాజు. భగవంతుని కాని, గురువుకి కాని సంపూర్ణ శరణాగతి చేస్తే బుద్ధి భగవంతునిలో ఐక్యమై భగవత్సాక్షాత్కారం, రాజయోగము ప్రాప్తిస్తుంది. సంపూర్ణ ప్రశాంతతయే రాజ యోగము. అది నిరాకారము. నిర్గుణము. రాజయోగ ప్రాప్తి కలిగినప్పుడు పరమానందం లభిస్తుంది. ఆనందం, నిరాకారం, సంపూర్ణ ప్రశాంతత, పరమానందం అనుభవించిన వారు జీవన్ముక్తిని పొందుతారు.

214. ప్రాథమిక, ఆదిమ ప్రకృతిలో సృష్టి మాయమవుతుంది. భగవంతుని శిరస్సులోని చైతన్య క్రియ అయిన సర్వోత్కృష్ఠ శక్తియే ప్రకృతి. ప్రాథమిక ప్రకృతిలోంచి బయటకు

నిష్క్రమించేది సృష్టి. మళ్ళీ దానిలోకి ప్రవేశించడం, చిక్కుకొనుట, వినాశనం. ఒక వ్యక్తికి శరీరం పైనే ధ్యాస, ఆసక్తి ఉండి వేరే ధ్యాస లేనప్పుడు అది సృష్టి. ఆత్మ పరమాత్మ ఐక్యమైనప్పుడు అది లయము. రాజయోగములో ఏ ప్రత్యేకమైన పూజా విధానం సూచించలేదు. విధి, విధానములు ఏవి లేవు. ప్రత్యేక స్థానం కూడా సూచించలేదు. రాజ యోగము అన్నిటికీ అతీతమైనది. శివారాధన కూడ లేదు. అన్నీ మన శిరస్సులోనే జరుగుతాయి. రాజ యోగములో భగవంతునికి సమర్పించే వందనములు, కృతజ్ఞతలు, మెదడులోని కేంద్రంలోనే జరుగుతాయి. భగవంతునికి ఈ కేంద్రంలో సమర్పించే వందనములు అందరికీ చేరుతాయి. భగవంతునిపై ఉన్న భక్తి, కృతజ్ఞతా భావం, వందనములు, విశ్వమంతా వ్యాపించే ప్రకృతి కలిగి ఉంటాయి.

215. ఏకత్వాన్ని తనలోనే అవగాహన చేసుకొని తెలుసుకోవడమే బ్రహ్మత్వం. బ్రహ్మం అన్నిట్లోనూ ఉంటుంది. అంతటా గోచరిస్తుంది. స్థూల దృష్టికి గోచరమయ్యేది, పిండాండం బ్రహ్మాండం అంతర్గతంగా గోచరిస్తుంది. సూక్ష్మదృష్టికే అది గోచరిస్తుంది. బ్రహ్మాండం సృష్టికి అతీతం. సృష్టి ఒక మానసిక స్థితి. మనసును నియంత్రించి, నిర్మూలిస్తే సృష్టి తన అస్థిత్వాన్ని కోల్పోతుంది. ఆత్మ తనను తాను సృష్టించుకుంటుంది. మనసుకు అన్ని రకాల భయాందోళనలుంటాయి. మనసును నిర్మూలిస్తే ఈ భయం

తొలగిపోతుంది. శరీర స్పృహ ఉన్నవారి దృష్టిలోనే సృష్టి ఉంటుంది. బాహ్య ప్రపంచాన్ని అంతర్గతం చేసుకుంటే అన్నీ భయాందోళనలు తొలగిపోతాయి. ఆత్మ పరమాత్మను పొందితే దిగులు, భయం, ఆందోళనలు నిలిచిపోతాయి. నిర్భయత్వమే సమాధి. శరీరం పైన ఉన్న ఆభరణాల కారణంగా దొంగల భయం ఉంటుంది. ఆభరణాలు లేని వారికి దుఃఖ కారణం ఉండదు. ఇలాంటి మనుష్యులకి ఏక దృష్టి ఉంటుంది. స్థూల దృష్టి కలవారికి కోరికలు, కాంక్షలు ఉంటాయి. అలాంటి వారు అన్నిటిలో భేదములు చూస్తారు. మనిషి పని చేయుటకు కారణం తనలోని కోరికలు. ఒక మనిషి పూర్తిగా నిష్కాముడైనపుడు, అతను సంపూర్ణంగా అచేతనుడు అవుతాడు. సంపూర్ణ నిష్కామత్వమునే ముక్తి అంటారు. ఫలితం పై నిష్కామత్వం కలిగితే, అన్ని బంధముల నుండి విముక్తి, జీవన్ముక్తి. ఈ స్థితి అవధూత స్థితి, సూక్ష్మస్థితి. అది అనుభవించాలి కాని విశదీకరించడం సాధ్యం కాదు. జ్ఞానులకు అంతర్ దృష్టి ఉంటుంది. వారు మనసును పూర్తిగా నియంత్రించి, నిర్మూలించిన వారు. వారు అంతటా ఏకత్వ అనుభూతి పొందుతారు. స్థూల స్థితిలో భేదములుంటాయి. సూక్ష్మస్థితిలో అంతా ఒక్కటే, ఏకత్వం. మన అంతర్గత శ్వాస, ప్రాణశక్తి అఖండం, అవిభాజ్యము. ప్రాణము అన్ని జీవులలో ఒక్కటే.

216. ప్రాపంచిక విషయాలలో మునిగి ఉన్న మనసు స్థూల స్థితిలో ఉంటుంది కావున, స్థూల భావన అనేది ఒక

మానసిక స్థితి. ఆత్మపరమైనది సూక్ష్మస్థితి. సూక్ష్మస్థితిలోనే ఆత్మ గోచరిస్తుంది. జ్ఞానులెప్పడూ యోగ నిద్రలో ఉంటారు. వారు కూర్చున్న, నడుస్తున్నా, ఇంకా ఏ పనిలో ఉన్నా సమాధిలో ఉంటారు. జ్ఞానులు తాబేలు వంటివారు. ఏ విధంగా తాబేలు అవసరమైతేనే తన పెంకులోంచి అవయువములను బయటకు చాచుతుందో, అదే విధంగా, జ్ఞానులు అవసరమైతేనే సమాధి స్థితి నుండి బయటకు వస్తారు.

217. అందరికీ ఆత్మ సాక్షాత్కారం కలుగుతుంది, సమయంలోనే భేదము. తపాల రైలుకి, స్థానిక రైలుకి శక్తి ఒక్కటే. సమయంలో భేదము. ప్రాణశక్తి అందరిలో ఒక్కటే. అలాగే అందరూ ఏదో ఒక సమయంలో ఆత్మ సాక్షాత్కారం పొందుతారు. సన్యాసి తపాలా రైలు వంటి వాడు. ఈ జన్మలోనే ఆత్మ సాక్షాత్కారం పొందుతాడు. సన్యాసి తనలోనే బాహ్య ప్రపంచాన్ని చూసుకుంటాడు. విశ్వాన్నంతా పాలించే అత్యున్నత శక్తిని తనలోనే పెంపొందించుకుంటాడు. ఎవరైతే బాహ్య ప్రపంచం పైన దృష్టి, ధ్యాస పెడతారో వారు స్థానిక రైలు వంటి వారు. గమ్యాన్ని ఆలస్యంగా చేరతారు. రైలులోకి ప్రవేశించడం కష్టం. ఒకసారి రైలు లోపలకి ప్రవేశిస్తే ఏ కష్టం ఉండదు. తన సామాను గురించి ఎవరూ ఆలోచించరు. అలాగే మనసును ఆత్మ పైన ఏకాగ్రం చేయుట కష్ట సాధ్యం. ఒక్కసారి చేయగలిగిన తరువాత ప్రాపంచిక విషయముల పైన ఏ ఆసక్తి ఉండదు. మనం రైలు బండిలో కూర్చుని ఏదైన

ఖరీదు చేస్తే మన దృష్టి అంతా రైలు బండి మీద ఉంటుంది. రైలు బండి ఎప్పడు బయలుదేరుతుందోనన్న ధ్యాసలో దానిపై దృష్టి నిలిపి, మనం ఖరీదు చేసె వస్తువును బేరము చేస్తాము. అదే విధముగా మన మొదటి దృష్టి అంతా విచక్షణపై ఉండాలి. మన రెండవ దృష్టి శబ్దం పైన మనకు వినిపించే, కనిపించే వాటి పైన ఉండాలి. మనం ఏ పనిలో ఉన్నా మన దృష్టి మెదడులోనే ఏకాగ్రం కావాలి. చూచుట, వినుట, మాట్లాడుట అనునవి వాటికవే స్వంత కార్యములు కావు, అవి శ్వాస పైనే ఆధారపడతాయి. శ్వాస ఆగితే సర్వేంద్రియ కార్యములు ఆగిపోతాయి, కావున నాసిక ద్వారా తీసుకునే ఉచ్ఛ్వాస నిశ్వాసములే నిజమైన కార్యము. కార్యములు బంధములు. మంచి కార్యములు, చెడు కార్యములుతో సమానముగా బంధములు. శ్వాస ఒక్కటే ఏ బంధము లేకుండా ఉన్న నిజమైన కార్యము. స్థానిక, తపాల రైలులో ఒక్కటే శక్తి ఉన్నట్లు అందరిలో ఉండే ప్రాణశక్తి ఒక్కటే.

218. మౌనము మానసికమైనది. జిహ్వకు సంబంధించినది కాదు. మన నోటిని నొక్కి పట్టి నిశ్శబ్దంగా ఉంటే అది మౌనము కాదు. మన మనసులోని ఆలోచనలను నియంత్రించి, నిశ్శబ్ద పరచినప్పడు అది నిజమైన మౌనము. మనసు మౌనము అయినప్పడు ఇంకా మాట్లాడటానికి ఏమి మిగలదు. బుద్ధి, జ్ఞానము రెండూ ఆత్మలో విలీనం చెందినప్పడు మనం చేసే కార్యము కర్మ కాదు. ఈ స్థితిలో చేసే కార్యములు, కర్మ శాస్త్రములకు, నియమాలకు

అతీతంగా ఉంటాయి. కర్మ అనేది ఐహికమైనది, ప్రాపంచికమైనది. బుద్ధి జ్ఞానముతో విలీనం చెందినప్పుడు మనిషి సృష్టికర్తలో ఐక్యం చెందుతాడు. ఈ ఉత్కృష్ట స్థితిలో ఉన్న వ్యక్తి ఏ పని చేసిన దైవికమే కాని ఐహికమైనది కాదు, కావున అది కర్మ కాదు. యోగములో మౌనముతో ప్రతి ఒక్కటి సాధించవచ్చు. మన దృష్టి సుషుమ్న నాడిపై ఉంటే మౌనము పాటించవచ్చు. సుషుమ్న నాడి కుండలిని శక్తికి పీఠం. మన శరీరంలోని మూడు ముఖ్యమైన నాడులు ఇడా, పింగళ, సుషుమ్న.

219. అన్ని తత్వాలకు సృష్టికర్త పరబ్రహ్మ. ఇది గ్రహిస్తే జీవన్ముక్తి. అంటే ఈ జన్మలోనే అన్ని బంధముల నుండి విముక్తి పొందుట. నదిని జన్మస్థానములో చూడాలి, సముద్రంలో కలిసిపోయిన తర్వాత కాదు. చెట్టు యొక్క మూల వేరును చూడాలి. అలాగే సృష్టికంతటికి మూల కారణమైన పరబ్రహ్మలో ఐక్యం చెందాలి. భగవంతుడు అందరికీ సమానము. అలాగే మూల వేరు అన్ని చెట్లకు సమానము. ఈ సృష్టి అంతా పరమాత్మ యొక్క ప్రతిరూపము, అంశము అని అనుభవం కలిగితే ముక్తి లభిస్తుంది.

220. నాటకంలోని కళాకారులు తెర వెనుక సాధన చేసిన తరువాత ప్రేక్షకుల ముందు వేదికపై అభినయం చేస్తారు. యోగ సాధన కూడా అలాంటిదే. మనిషి ఒక కళను అభ్యసించినపుడు మొదట అనుభవం ఉండదు, రహస్యంగా సాధన చేస్తాడు. నిరంతర కృషి, సాధన వలన అనుభవం

వస్తుంది. అతని శక్తి బహిర్గతం అవుతుంది. అదే విధముగా ప్రారంభ దశలో ఎంత ఎక్కువగా యోగ సాధన చేస్తే, అంత దివ్యానుభూతులు జరుగుతాయి. మన శ్రమకు తగ్గ ఫలితం లభిస్తుంది.

221. ఆహారము వాసన చూసినంత మాత్రమున ఆకలి తీరదు. ఆకలి తీరాలంటే స్వయంగా ఆహారం తీసుకోవాలి. అలాగే మన అనుభవమే మనము సాధించిన ప్రగతి. మనకు "సత్యం" యొక్క అనుభవం కలిగినప్పడు ఎవ్వరూ ఆపలేరు. పంచదార చేతిలో పట్టుకుంటే దాని తియ్యదనం అనుభవం కాదు. మన నోటిలో పంచదార ఉన్నప్పడే దాని తీయని రుచి తెలుస్తుంది. ఇదే అనుభవం. పుస్తక జ్ఞానం సందేహములకు, తర్కమునకు, వివాదములకు దారి తీస్తుంది. స్వీయ అనుభవం అలా కాదు. స్వీయ అనుభవం ప్రజలకు రాజాజ్ఞ లాగా ఉంటుంది. సందేహాలకు, వివాదాలకు తావుండక, స్పష్టత ఉంటుంది. అనుభవం రాజాజ్ఞ వంటిది. పుస్తక జ్ఞానం ప్రజల వంటిది. యోగము యొక్క గమ్యము, ఉద్దేశం అయిన జీవన్ముక్తి మన నిజమైన నివాస స్థానం. ఇది సాధించాలి. గుహలోని నివాన స్థానమును సాధించుటయే మనకు కావాల్సినది. బుద్ధియే గుహ. జీవాత్మ బుద్ధి అనే గుహలో నివసించుట నేర్చుకున్ననాడు మన జీవిత లక్ష్యం నెరవేరుతుంది. ఆత్మ యొక్క నివాసస్థానమైన హృదయాకాశము మన మూడవ కన్ను, దివ్య దృష్టి స్థానం. హృదయాకాశమే గుహ. విచక్షణ జ్ఞానం

వలన స్త్రీ, పురుషుడు కావచ్చు. విచక్షణ లోపం వలన పురుషుడు స్త్రీగా మారతాడు. బాహ్య శరీరం, దాని యొక్క పనులు మాత్రమే వేరు, సూక్ష్మ శక్తి స్త్రీ, పురుషులలో ఒక్కటే. సూక్ష్మ విచక్షణ లేని పురుషుడు స్త్రీ అయితాడు. బుద్ధి, జ్ఞానం విలీనం చెందినప్పుడు స్త్రీ పురుషునిగా మారుతుంది. స్త్రీ, పురుషులలో కుళాయి ఎవ్వరు తిప్పినా నీరు వస్తుంది. భక్తిలో స్త్రీ, పురుష భేదము లేదు. స్త్రీ, పురుషులలో భేదములు శారీరకమే. జ్ఞానులలో ఈ భేదములుండవు. శివశక్తి స్త్రీ, పురుషులలో సమానం.

222. నిష్కాములకు ఏ భయాందోళనలు ఉండవు. కోరికలు, కాంక్షలే భయాందోళనలకు మూల కారణం. నిష్కాములు ఎప్పుడూ ఆనందంగా ఉంటారు. అలాంటి మనుషులు ఎప్పుడూ భగవంతుని యొక్క పరమానందం పొందుతారు. లౌకిక ఐశ్వర్యంతో మనిషికి గొప్పతనం కలుగద్దు. విచక్షణ వలన మనిషి గొప్పవాడయితాడు. ఎవరికైతే ధనం, భూమి,గుట్టలు, పెద్ద భవనం, వజ్రాలు, కంఠహారములు,రవ్వల కమ్మలు, ఉంగరములు ఉంటాయో వారు గొప్పవారు కాదు. విచక్షణా శక్తి ఉన్న చండాలుడు గొప్పవాడు. విచక్షణాశక్తి ఉన్న వ్యక్తి బ్రహ్మణుడు. బంగారపు రాశి ఉన్నందువలన మనిషికి గొప్పతనం రాదు. గొప్పదనం ప్రధానంగా ఆత్మసంబంధమై ఉండాలి కాని దేహ సంబంధమైనది కాదు. ఆత్మ సాక్షాత్కారం కలిగిన మనిషి అందరిలో గొప్పవాడు.

223. బ్రహ్మ విద్య అన్నిట్లో గొప్పది. ఈ రహస్యం తెలుసుకుంటేనే కాని కర్మ బంధాలను తెంచి వేయలేము. భగవత్ చేతన్యంలో కట్టుబడి ఉన్నవాడు కర్మను అర్థం చేసుకోగలుగుతాడు. ప్రతి ఒక్క కార్యము కర్మను సృష్టిస్తుంది. భగవత్ సాక్షాత్తారం కలిగినప్పడు కర్మ దానంతట అదే అంతర్ధామనవుతుంది.

224. ఓ యాచకుడా! యోగమనే అగ్నిలో మానసిక భ్రాంతిని కాల్చివేయి. బ్రహ్మం పొందని వాడికి పరమ సత్యం తెలియదు. బ్రహ్మమే సత్యం. పరమ సత్యాన్ని గ్రహించనివాడు, నిజమైన ఆనందం అనుభవించలేడు. ఆత్మ సాక్షాత్కారం పొందకపోతే మనసులోని అహంకార ధోరణులు నిర్మూలం కావు. ఆనందపు మూటను బిగువుగా పట్టుకోవాలి. నిరంతరం పరమానందంలో నిమగ్నమై ఉండాలి. కాంక్షలను, కోరికలను మనసు లోతులో పూడ్చివేయాలి. కోరికల వలన ఏ ఉపయోగము లేదు, అవి నిష్ఫయోజనము. మనసును ఆత్మలో లీనం చేసి కోరికలను అంతర్గతముగా నిర్మూలించాలి.

225. మూలాధారములో ఉన్న కుండలిని శక్తిని సహస్రారం వరకు నడిపించాలి. ఇలా జరిగితే ముక్తి లభిస్తుంది. మనిషి శివైక్యం పొందుతాడు. మనిషి ముక్తిని పొందిన తర్వాత అది ఏకమై, అవిభాజ్యమవుతుంది. ముక్తి పొందినవారు బ్రహ్మానందం అనుభవిస్తారు. నిరంతరం శివుని పైనే దృష్టి కేంద్రీకరించాలి. ఆది నుండి ఉన్నది శివుడు ఒక్కడే. శివశక్తి ఒక్కటే. శాశ్వతానందమే మనకు అధిక రక్షణ ఇస్తుంది. పరిపూర్ణ

నిష్కామత్వం అయిన భగవంతుడే శాశ్వతానందం. త్రిగుణాలైన సత్వ, రజస్సు, తమస్సుకు అతీతుడైన నిర్గుణుడు, నిష్కాముడు భగవంతుడు. మనిషిలోని కామ్యాలు, కోరికలు త్రిగుణాల యొక్క ఫలితము. మనలోనే ఆత్మను చూసుకోవాలి. దేవుని సృష్టిలో మనిషి అత్యున్నతుడు. ఈ ప్రపంచంలో మనిషి కన్నా ఉన్నతమైనది వేరేది లేదు. మనిషి స్వరూపమే నిజమైన స్వరూపము. మనిషి ఎన్నో దేశాలను సృష్టించాడు.

226. బ్రహ్మం, బ్రహ్మం యొక్క ఆనందాన్ని పొందినవాడు బ్రాహ్మణుడు. మాయ క్షణికమైనది. భగవంతుడు శాశ్వతం. ఓ హరి! మనిషిలోని అహంభావాన్ని కాల్చి నశింపచేయి. అహంభావము అన్ని దుఃఖములకు, చెరుపులకు మూల కారణం. మనసును నిర్మూలించిన వారు మాయను నిర్మూలిస్తారు. మనసును నిర్మూలిస్తే మాయ తన అస్థిత్వాన్ని కోల్పోతుంది. మాయ అధిపతి కాదు. శివుడు అధిపతి. పాలలో వెన్న అంతర్గతముగా ఉంటుంది. పాలను మరగబెడితే వెన్న వస్తుంది. పాలలోంచి వెన్న తీసే వాళ్ళు కొద్ది మంది మాత్రమే. అదే విధముగా భగవంతుడున్నాడని అందరికి తెలుసు కాని అతన్ని పొందాలని కొద్దిమందే ప్రయత్నం చేస్తారు. పాలు భక్తి. పాలను అగ్ని పైన మరగబెట్టుట విచక్షణ. వెన్న కావాలంటే ఎలాగైతే పాలను మరగబెట్టాలో, అలాగే భగవత్సాక్షాత్కారం పొందాలంటే మనిషి విచక్షణా శక్తిని పెంచుకోవాలి. విచక్షణ బుద్ధి అనే పాత్రలో లభిస్తుంది. బుద్ధిలో విచక్షణ వుంది.

విచక్షణాగ్ని మోక్షాగ్ని. వివేకాగ్ని వలన అరిషడ్వర్గాలయిన కామ, క్రోధ, లోభ, మోహ, మద, మాత్సర్యములు నశించిన తరువాత వెన్న లభిస్తుంది.

227. శ్వాస, ప్రాణము మనిషి శరీరములోని అత్యంత ముఖమైన శక్తి. ఎలాగైతే నూనె లేకుండా దీపం వెలగదో, ప్రాణశక్తి లేకుండా శరీరం కదలలేదు. ఏ విధముగా చుక్కాని, నావికుడు లేకుండా పడవ గమ్యం చేరలేదో, అదే విధముగా శ్వాస పైన ఏకాగ్రత లేకుండా మనిషి మనసును నియంత్రించి, ఆత్మలో విలీనం చేయలేడు. పొగవాడ (స్టీమర్) పొగ శక్తితో, నావికుని యుక్తితో నడుస్తుంది. పడవ పొగవాడ లాగా పోలేదు. అదే విధముగా సాధారణ మనిషి పడవ వంటి వాడు, పొగవాడ వంటి సన్యాసి మార్గమును, ప్రవర్తనా విధములను అవగాహన చేసుకోలేడు. సన్యాసి విచక్షణా శక్తితో ఇంద్రియములను నిగ్రహించి, ఆత్మ వైపు దారి మళ్ళిస్తాడు. ప్రపంచమంతా తనలోనే ఉన్నవాడు పొగవాడ వంటి వాడు. ఇలాంటి మనుషులలో మనసు సక్రమంగా నియంత్రణలో ఉంటుంది. ఎవరి మనసైతే ప్రాపంచిక విషయాలపై ఉంటుందో, అలాంటివాడు పడవ వంటి వాడు. వెయ్యి సూర్యుల కాంతితో ఉన్న కుండలిని కలిగిన బ్రహ్మ రంధ్రం సన్యాసిలో శరీరంలోని శిఖరమైన శిరస్సులో ఉంటుంది. సన్యాసిలో మనసు హృదయాకాశంలో లీనమవుతుంది. ఆవు అశ్వంలాగా పరుగెత్తలేదు. ఎవరి మనసు, దృష్టి ఈ ప్రపంచ విషయాలపై వుంటుందో, వారు

ఆవులాంటి వారు. ఎలాగైతే ఆవుకు అశ్వంతో పోలిక లేదో, సాధారణ మనిషికి సన్యాసితో పోలిక లేదు. అందరూ ఒకేసారి రాజు కాలేరు. అందరూ ఒకేసారి వర్తకులు కాలేరు. గ్రాహకులు కూడా ఉండాలి. అదే విధముగా, అందరూ ఒకేసారి జ్ఞానులు కాలేరు. జ్ఞానుల వల్ల ప్రయోజనం పొందటానికి అజ్ఞానులు కూడా ఉండాలి. అంధకారం లేకుండా వెలుతురు లేదు. చీకటి, వెలుతురు రెండూ తప్పక అవసరం.

228. అజ్ఞానంలో చిక్కినప్పడు, భయాందోళనలు ఉంటాయి. వెలుతురులో భయం ఉండదు. అత్యున్నతమైనది పొందిన తరువాత, జ్ఞానము కలిగిన తరువాత, ఏ భయము ఉండదు. చీకటి అజ్ఞానము, జ్ఞానమే వెలుతురు. జ్ఞాన దాత అయిన గురువు చీకటిని పారద్రోలే దీపం వంటి వాడు. గురువే జ్యోతి, జ్యోతియే గురువు.

229. మనిషి భగవంతునిలో ఐక్యమయిన ఆనంద స్థితి 'సమాధి'. సమాధిలో మనిషి ఉత్తమ చేతన్యం, అవగాహనలో ఉండి, స్థలమును పూర్తిగా మరచిపోతాడు. పది మైళ్ళు నడిచిన మనిషికి మంచి నిద్ర వస్తుంది. ఆ నిద్రలో ప్రపంచాన్ని మరచిపోతాడు. అదే విధముగా సమాధిలో మనిషి భగవత్‌చేతన్యంలో విలీనం అయితాడు. ఆకలిగొన్న మనిషికి ఆహారం తీసుకుంటేనే ఆకలి తీరినట్లు, సమాధి స్థితిని పొందాలంటే మనిషి స్వయంకృషి చేయాలి.

230. మనిషిలో శివశక్తి అయిన ప్రాణశక్తి ఊర్ధ్వముఖముగా, సులభముగా కదలాలి. నీరు సులభముగా పారుటకు దారికి

ఇరువైపులా కాలువలున్నట్లు, ప్రాణాయామ అభ్యాసముతో శరీరంలోని నాడులను శుద్ధి చేసి, సహస్రారం వైపు వెళ్ళే ప్రాణశక్తి యొక్క దారిలోని ఆటంకాలను తొలగించాలి. ఇది సాధించినపుడు భగవతానంద అనుభూతి దానికదే కలుగుతుంది. ఒక రాయిని పైకి తీసుకెళ్ళుటకు చాలా శ్రమించాలి, కాని క్రిందకు త్రోసుటకు పెద్దగా శ్రమించనవసరం లేదు. అదే విధముగా మనసు ఆత్మపై ఏకాగ్రం చేయుట కష్టం కాని ఆత్మ నుండి మరల్చుట సులభం. జన్మించుట సులభం కాని, జీవిత లక్ష్యాన్ని సాధించి జీవితాన్ని సార్థకము చేసుకొనుట కష్ట సాధ్యము. నదికి మూలము కనుగొనాలి. నది సముద్రంలో చేరిన తరువాత వీక్షించడం నిష్ప్రయోజనం. నది ఉద్భవించిన మూలమును గ్రహించి, అవగాహన చేసుకోవాలి. భగవంతుడు సృష్టికంతటికీ మూల కారణం. ఏ విధముగా చెట్టుకు మూల వేరు ముఖ్యమో అదే విధముగా భగవత్సాక్షాత్కారం మనిషికి అతి ముఖ్యమైనది. ప్రాణము యొక్క స్థానం ఊర్ధ్వ గతి. మనం చేతులతో కుర్చీని పైకెత్తితే శ్వాస పైకి వెళుతుంది. ఈ ఊర్ధ్వ గతియే ప్రాణశక్తి నిజమైన స్థానం. మనం వంట చేసినపుడు అగ్ని జ్వాలలు ఊర్ధ్వ గతిలో ఉంటాయి. అలాగే పొగ యొక్క గమనం కూడా ఊర్ధ్వ మార్గమే. వెలిగించిన పొగ గొట్టంలోని వేడిగాలి దిశ ఊర్ధ్వ ముఖముగానే ఉంటుంది. అదే విధముగా హృదయాకాశంలో శ్వాస దిశ ఊర్ధ్వగతిలో ఉంటుంది. కుండలిని శక్తి మన శిరస్సులోని హృదయాకాశం చేరినప్పుడు, ఉండే ఒకే శ్వాస ఉచ్ఛ్వాస. వాయు గమనము

మనిషిలో సంతోషం కలిగిస్తుంది. ఈ ప్రాణమే రక్త ప్రసరణకు ప్రధాన మూలం. రక్త ప్రసరణ లేకుండా శరీర కార్యములు నిలిచిపోతాయి. అదే విధముగా నీటి కాలువకు ఆనకట్ట కడితే నీటి ప్రవాహం నిలిచిపోతుంది. అలాగే మన శరీరంలోని ఆనకట్ట త్రిదోషములైన వాత, పిత్త, కఫము. ఇవి రక్త ప్రసరణకు ఆటంకం కలుగచేస్తాయి. నిరంతర ప్రాణాయామ సాధన వలన ఈ త్రిదోషములను నిర్మూలించవచ్చు.

231. యోగ సాధనతో కుండలిని శక్తిని శిరస్సు వరకు మార్గదర్శనం చేస్తే ఆ మనిషిలో అన్ని సువాసనలు వస్తాయి. మానవ శిరస్సు కస్తూరి, చందనం, కర్పూరం, ముద్ద కర్పూరం వంటి సువాసనల అనుభూతి కలిగించే స్థానం. పంచదార ఉన్న చోట చీమల గుంపులు చేరతాయి. శిరస్సులో ఓంకార శబ్ద నిరంతరం అనుభవం కలిగినవాడు జ్ఞాని. ఓంకార శబ్దానుభూతి ఎక్కడైతే కలుగుతుందో అక్కడ అజ్ఞానం ఉండదు. మన ఆధ్యాత్మిక దృష్టితో వీక్షించినది నిజమైన హృదయం. బాహ్య చక్షువులతో చూచినది వాస్తవ హృదయం కాదు. మనిషి శిరస్సే అన్నిటిలో గొప్పది. శ్వాస మూలమే నిజమైన ఆనందం. హృదయంలోని గుహలోనే అసలు ఆనందం ఉంటుంది. కుండలిని బస చేసే స్థానం శ్వాస యొక్క నివాస స్థానం. ఇదే శివుని నివాస స్థానము. సత్వగుణానికి ఇదే నివాసము. ఈ హృదయాకశములో నివసించేవారు మానవమానములను పట్టించుకోరు.

హృదయాకాశమే అన్నీ త్యజించిన యోగి యొక్క నివాసము. సూక్ష్మ విచక్షణ శక్తి కలిగిన వారి నివాసము. కుండలిని హృదయాకాశంలో విలీనమయితే ముక్తి కలుగుతుంది. కుండలిని నివాసస్థానం, హృదయస్థానం ఇదే.

232. ఆత్మసాక్షాత్కారం పొందుటకు శ్వాసపైన ఏకాగ్రతతో దృష్టిని నిలుపుట అతి ముఖ్యం. శ్వాస పైన ఏకాగ్రత లేని వారికి ఏ లక్ష్యం, ఏ స్థితి, ఏ జ్ఞానం ఉండదు, ఏది నెరవేరదు. వారి మనసు తగిన నియంత్రణలో ఉండక ఆధ్యాత్మికంగా ఏది సాధించలేరు, కావున శ్వాస పైన దృష్టి ఏకాగ్రం చేసి భగవంతుని ధ్యానం చేయాలి. ఉచ్ఛ్వాస శబ్దంపై దృష్టి పెట్టాలి. శ్వాస నుండి అంతర్గతముగా ఉత్పత్తి అయ్యే శబ్దం పైన దృష్టిని కేంద్రీకరించాలి. అంతర్గత శబ్దం పైన, శ్వాస పైన విశ్వాసం ఉండాలి. శ్వాసను దీర్ఘముగా తీసుకోవాలి. అంతర్గత శబ్దం చెవులకు వినపడేలాగా ఉచ్ఛ్వాసం చేయాలి. వేరే దేని గురించి ఆలోచించవద్దు. భుజించుట, త్రాగుట, నిల్చుండుట ఏవి కూడా ఆత్మ పురోగతికి తోడ్పడవు. శాశ్వతమైన ఆత్మను పొందాలి. వంట స్వయంగా చేసుకోవాలి. ఇతరులు చేసినది తినవలెనని అనుకోవద్దు, స్వీయానుభవం పొందాలి. ఆత్మను స్వయంకృషితో పొందాలి. ఏం చేసినా సంపూర్ణ విశ్వాసంతో, శరణాగతితో చేయాలి.

233. జీవితమునకు ముఖ్య ఆధారం ప్రాణశక్తి. ప్రాణం లేకపోతే శబ్దం లేదు, శరీర చలనం ఉండదు. ఎలాగైతే ప్రాణం లేని చెట్టుకు తన చుట్టూ గాలి వీచితే ఎలాంటి స్పందన ఉండదో అలాగే

మృత శరీరం దేనికి స్పందించదు. ఈ ప్రపంచంలో ప్రాణము లేకుండా ఏ జంతువు జీవించలేదు. జంతువులకు సర్వం ప్రాణమే.

234. ఆవిరిశక్తి లేని యంత్రం ఏ విధముగా ఉంటుందో అదే విధముగా ప్రాణశక్తి లేని శరీరం జాడ్యముగా ఉంటుంది. కొబ్బరి చెట్టు పనస పండును ఇవ్వనట్లు, భగవతనుభవము లేకుండా భోధించుట నిష్ప్రయోజనం. పుస్తక జ్ఞానంతో భగవంతుని గురించి నిజమైన సత్యాన్ని తెలుసుకోలేము. భగవంతుని గురించి, భగవతానందం గురించి అభిప్రాయం ఏర్పరచుకోవడం ఒక మేజిస్ట్రేటు, న్యాయాధిపతి, ఫిర్యాది, ప్రతివాదుల వాదనలు వినకుండా ఊహించుకున్నట్లు ఉంటుంది. న్యాయాధిపతికి, మెజిస్ట్రేటుకు పరిస్థితి, విషయము గురించిన వాదనలు వినకుండా వాస్తవాలు తెలియవు. పంచదారను చేతిలో పట్టుకుంటే సరిపోదు, దాని రుచి చూస్తేనే దాని తీయదనం తెలుస్తుంది. అది సత్యం. భూమి లోపల నీరు ఉన్నా, మనం బావిని త్రవ్వితేనే నీరు లభిస్తుంది. అదే విధంగా భగవత్సాక్షాత్కారం కలగాలంటే అతని పూర్తి అనుభూతిని పొందాలి. మనము అంతర్గతంగా సాధన చేసి ప్రాణశక్తిని మెదడులోని బ్రహ్మ రంధ్రంలోకి మార్గదర్శనం చేయాలి. అక్కడ పరబ్రహ్మంలో ప్రాణశక్తి విలీనం అయితుంది. అప్పడు సాక్షాత్తు భగవంతుని ముఖాముఖంగా చూసినట్లే. ఇదే యోగ ఫలము, శాశ్వతానందం.

235. ప్రారంభంలో, సాధకునికి నిర్దిష్ట ఆహార నియమాలేవి రాజయోగములో ఉండవు. సాధకునికి ప్రశాంతతను సాధించుట అవసరం. అన్ని కళలలో పరబ్రహ్మం పొందే బ్రహ్మ విద్య ఉన్నతమైనది. ఈ కళ ధనంతో కొనలేము. ప్రాపంచిక గౌరవ మర్యాదలతో కాని అవమానముతో కాని పరబ్రహ్మను పొందలేరు. బాహ్యంగా వచ్చే కీర్తి, ప్రతిష్టతో పరబ్రహ్మని పొందలేరు. గురువు పట్ల అచంచల భక్తి ఉన్న శిష్యునికి, గురువు నుండి పరబ్రహ్మం లభిస్తుంది. భక్తి లేకుండా బంధముల నుండి విముక్తి లేదు. ముక్తిని సూక్ష్మ భక్తి ద్వారా పొందవచ్చు. బ్రహ్మానందమనేది ఉట్టి మాట కాదు, ఒక ఘనమైన అనుభవం. బ్రహ్మానందమే సచ్చిదానందం. నిరంతర, నిరాటంక ప్రాణాయామ సాధన వల్ల బ్రహ్మానందం పొందవచ్చు. భగవత్సాక్షాత్కారం కలిగిన వానికి సర్వం బ్రహ్మానందమే.

236. ఓ మనసా! ద్వైత భావన నిర్మూలించి సూక్ష్మ విచక్షణను అలవర్చుకో. గోచరమయ్యే విశ్వమంతా నిర్మలమైన, నిష్కళంకమైన శివుడే. ఇంక మారువేషం లేదు. అన్నీ నీలోనే ఉన్నాయి. మనిషిలో విశ్వాసం శాశ్వతమైనది. విశ్వాసం అచంచలమై, నిరంతర అభివృద్ధి చెందాలి. ఆత్మ సాక్షాత్కారం కలగాలి. శ్వాసను ఆధీనంలో ఉంచుకోవాలి. అంతర్గతంగా జీవించాలి. సూక్ష్మ విచక్షణతో సత్యాన్ని కనుక్కోవాలి. సూక్ష్మ విచక్షణకు సంబంధించినది ఏదైనా శాశ్వతమైనది. ప్రతి ప్రాణి సార్థకత్వం, జీవిత పరమార్థం శాశ్వతానందమే.

236. శాశ్వత ఆనందమే శాశ్వత ముక్తి. మానసిక స్థితులు రాజుల యొక్క సింహాసనముల వంటివి. శాశ్వత ఆనందమే, శాశ్వత ఆసనము. సత్యము, చిత్తము ఐక్యమైనప్పడు పరమానంద, సచ్ఛితానంద అనుభూతి కలుగుతుంది.

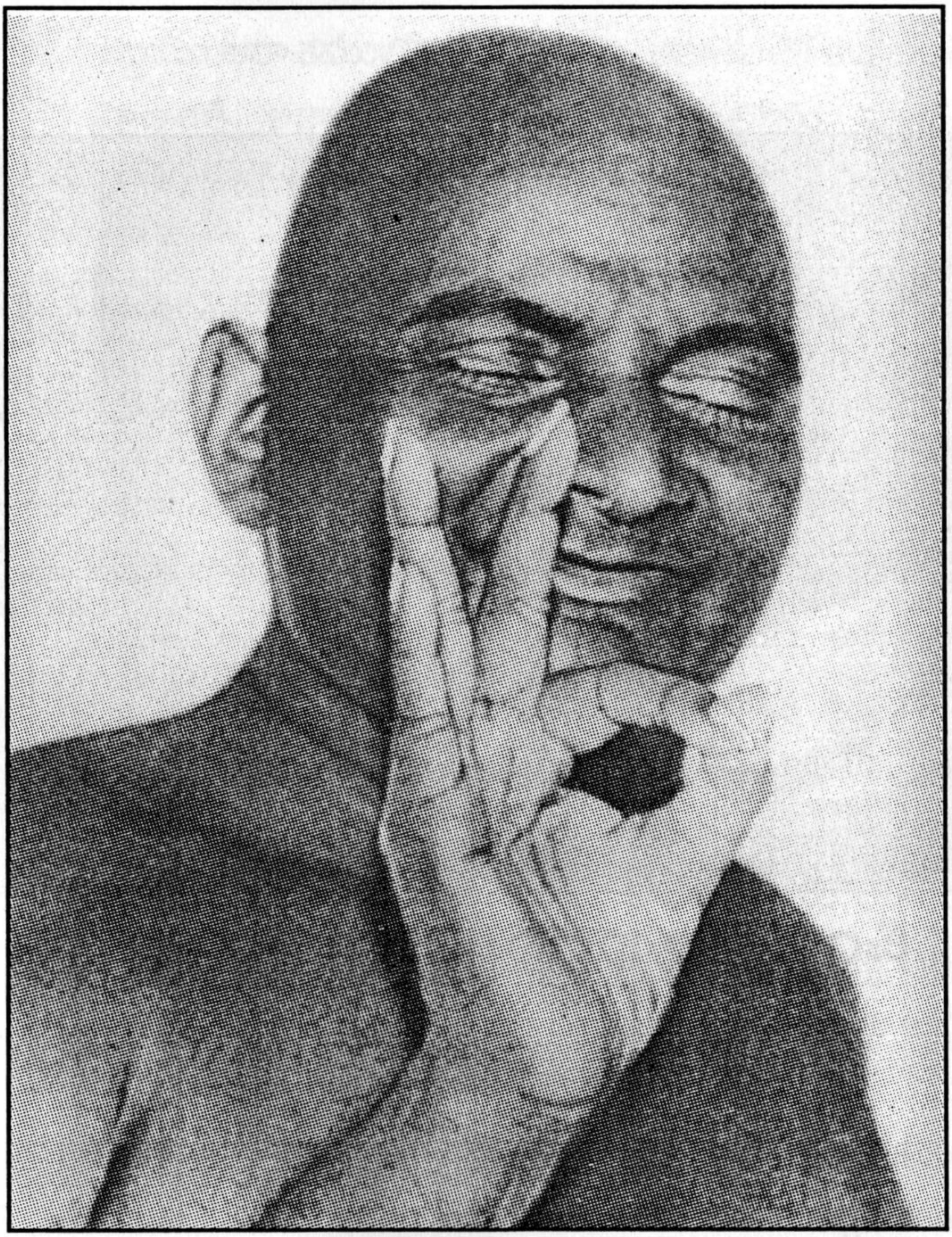
237. సృష్టి సర్వం మాయ. శరీరము మన గమ్యమును, అంతమును చేరుటకు ఉపాయము తప్ప వేరొకటి కాదు. ఆత్మయే వాస్తవ సత్యం. శక్తి ఆత్మకు చెందినది. ఉన్నత శిఖరమనేది మనిషి శిరస్సులోనే ఉంటుంది కాని బయట కాదు. మెదడులోని బ్రహ్మ రంధ్రం అయిన సహస్రారం అత్యున్నత శిఖరం. ఇదే జ్ఞాన ఆకాశం, జాగృత ఆకాశం. ఇదియే అతి గొప్ప ఆధారం. మన శరీరంలోని ఆజ్ఞాచక్రమే (ఆరవ కమలం) దీనికి ఆధారం. కుండలిని పీఠం హృదయాకాశం. ఆజ్ఞా నుండి మెదడులోని సహస్రారం వైపు కుండలిని పయనిస్తుంది. ప్రయాణమనేది ఆత్మ యొక్క ఆలోచన. హఠయోగి, తపాళ రైలు బండి వంటి వాడు. రాజ యోగి స్థానిక రైలు వంటి వాడు. రెండింటి మధ్యలో వ్యత్యాసం సమయం మాత్రమే. ఇద్దరిలో శక్తి ఒక్కటే. సమయ బేధమనేది మానసిక భ్రాంతి.

238. మనిషి తల్లితండ్రుల నుండి జన్మిస్తాడు. మనిషి మొదట బిడ్డ అయి తరువాత పెద్దవాడు అయి, తనే పిల్లలకు తండ్రి అయితాడు. ఈ ఒకే మనిషిలోని వ్యత్యాసం సమయ భేదం వలన ఏర్పడింది. పసివాని స్వభావము తల్లితండ్రుల సమాగమ వేళలో వారి ఆలోచనల వలన ఏర్పడుతుంది.

వారు భక్తి, దౌష్ట్యము, క్రోధము, చురుకుదనం, కోరిక మొదలగునవి సమాగమ వేళ ఆలోచిస్తే, ఆ స్వభావములు అలవర్చుకుంటాడు. గర్భములోకి వాయువు ప్రవేశించినపుడు సృష్టి జరుగుతుంది. సమాగమ వేళలో తల్లి తండ్రులకు ప్రాపంచిక, దైవిక అభిప్రాయములు ఏవి ఉన్నచో పిల్లవానికి అదే అభిప్రాయములు ఏర్పడుతాయి. దివ్యత్వం వైపు మొగ్గు చూపితే చిన్న వయసులో ప్రకాశవంతుడయితాడు. జన్మించిన తరువాత మొదటి ఆవశ్యకత నిష్కామత్వం. నిష్కామం యొక్క ఫలితమే జనన మరణముల విత్తన నిర్మూలన. మనిషి వరుసగా దుఃఖములను అనుభవిస్తే సూక్ష్మవిచక్షణతో తనని తాను ప్రకాశవంతం చేసుకోవాలి. అపానవాయువనేది సృష్టి వినాశం చేస్తుంది. అపానవాయువు మనిషిలోని మలినములను విసర్జన కావిస్తుంది. ప్రాణవాయువు, అపానవాయువు రెండూ ఆత్మలో ఐక్యం కావాలి. ఇవి రెండూ ఆత్మలో ఐక్యమైనప్పడు అన్ని పరిస్థితులు నిర్మూలించబడతాయి. ఇటువంటి మనిషి అందరిలో ఉన్నతుడు. మన మరణం కన్నా ముందు ముక్తిని పొందాలి. ఏకము, అవిభాజ్యము ద్వైతమునకు అతీతము. ముక్తిని ఈ జన్మలోనే పొందాలి.

239. మన జీవిత లక్ష్యమే ఉపనయనం. ఉప అంటే సామీప్యం. సమీపములో నివాసము. ఉపనయనం అంటే భగవత్సాక్షాత్కారం కలిగి భగవంతుని సామీప్యంలో ఉండుట. ఉపనయనం మన దివ్యదృష్టి అయిన మూడవ కన్నుతో

భగవంతుని ముఖాముఖి వీక్షించుట. ఉపనయనం అంతర్గతం, సూక్ష్మం, స్థూలం కాదు. మనం పొందాలనుకునే వస్తువు, భగవత్సాక్షాత్కారం కలిగి శాశ్వతముగా అతని సామీప్యంలో నివాసముండడం. ఉపనయనం అనేది శారరీరక భావన కాదు. ఆత్మ యొక్క ఆలోచనయే ఉపనయనము. ఉపాధి అనేది మూడవ కన్ను. ఈ లోకంలో మూడవ కన్ను శక్తిని సంపాదించినవాడే బ్రహ్మణుడు. బ్రహ్మం పొందినవాడు బ్రాహ్మణుడు. ఉపాధి అనేది కుండలిని శరీరంలో మూల కమలమైన మూలధారలో మొదలయి సహస్రారానికి చేరుతుంది.



ఓం నమో భగవతే నిత్యానందాయ

## రెండవ భాగం

240. శబ్దము ఆకాశములో ఉద్భవిస్తుంది. ఆకాశంలో ఉద్భవించేది ప్రాణశక్తి. ఆకాశమనేది మన శిరస్సులోను, హృదయ స్థానంలోను ఉంటుంది. సర్వ ప్రాణులలోను సృష్టి భేదాలున్నా, ప్రాణశక్తి ఒక్కటే. నది, సముద్రముల మధ్య ఎలాగైతే భేధం ఉంటుందో అలాగే జీవాత్మ, పరమాత్మల మధ్య మాయ అనే పొర వలన స్వల్ప భేదం ఉంటుంది. వ్యత్యాసం స్థాయిలోనే కాని స్వరూప భేదం లేదు. నేను నాది అని ఆలోచించవద్దు. అహంభావమును పూర్తిగా తొలగించాలి. మరు జన్మకు అహంభావమే మూల కారణం. 'నేను', 'నాది', 'ఇది నాది' అని ఆలోచించే మనిషికి స్వల్ప జ్ఞానం ఉంటుంది. అహంభావం వలన మనిషికి హీన జన్మ లభిస్తుంది. సూర్యునిలో శక్తి కాంతి రూపంలో ఉంటుంది. గాసు (వాయు) దీపం యొక్క శక్తి వెలుతురు రూపంలో ఉంటుంది. పగలు, రాత్రి, సూర్య కాంతి, గాసు (వాయు) దీపం వెలుతురు మధ్య భేదం తొలగిన వారికి అన్నీ ఒక్కటె. ఒక దాని కంటే వేరొకటి గొప్ప కాదు. విశ్వాసం అనేది అన్నిట్లో గొప్పది. విశ్వాసాన్ని మించిన దేవుడు లేడు. ఈ ప్రపంచంలో విశ్వాసమే అన్నిటికన్నా ఉన్నతమైనది. విశ్వాసం లేనివారు ఎవరి మాయలకు మోసపోరు. తనకు విశ్వాసం ఉన్న వాటిలో మనిషి బాగా ఆనందిస్తాడు. అంతర్గత విశ్వాసాన్ని శ్వాస పైన ఏకాగ్రం చేయాలి. విశ్వాసం లేని వారికి ఎటువంటి ఆలోచనలు రావు. సాధువులు, సన్యాసులంటే

సదభిప్రాయం లేని వారు వేల సాధువులు తమలోనే లీనమయినట్లు తప్పగా అర్థం చేసుకుంటారు. వారు తాము స్వయం పోషకులమని అనుకుని అహంభావులై ఉంటారు.

241. ఒక అంధునికి పగలు, రాత్రి భేదం ఉండదు. అతనికి నశ్వరము, అశ్వరము అనే అవగాహన ఉండదు. అతనిలో జ్ఞాన జ్యోతి ధృడముగా ఉంటుంది. అతను వస్తువులను పరిమితమైన తన కాంతి, తన దృష్టిలోనే వీక్షించి అనంతమైన హద్దులు లేని భగవంతునికి హద్దులు కల్పిస్తాడు. అతనికి ప్రపంచానికి, భగవంతుని మధ్య భేద భావం ఉండదు. అతనికి బాహ్యమైన కాంతితో ప్రయోజనం లేదు. అంధులకు శరీరాకృతితో ఏ ప్రయోజనం లేదు. వారు బాహ్య చక్షువులతో వీక్షించలేరు, కావున వారి ఆధ్యాత్మిక చక్షువు చాలా ప్రభావం కలదై, ఇంద్రియములు సరిగా ఉండాలి. పరిపూర్ణంగా ఉన్న సామాన్య మానవుడు లౌకిక ప్రపంచానికి దాసుడై మాయలో చిక్కుకుంటాడు. అంధులు ఏ విధముగా స్పర్శ చేత రథమును వర్ణించలేరో, అదే విధముగా అజ్ఞానులు దివ్యత్వాన్ని, పరమానందాన్ని అర్థం చేసుకోలేరు.

242. శబ్దం నుండి విశ్వం ఉద్భవించిందా లేక విశ్వం నుండి శబ్దం ఉద్భవించిందా? కర్త నుండి కార్యమా? కార్యము నుండి కర్తయా? ప్రపంచము శబ్దము నుండి సృష్టించబడినది, ప్రపంచమునకు ఒక ఆకృతి ఉన్నది. కర్త నుండి కార్యము సృష్టింపబడినది. ఏది ఎక్కడుంది? కర్త, క్రియ రెండు ఆత్మలోనివే. ఆత్మనే కర్త, క్రియని తనలోనే ఇముడ్చుకుని

అవిభాజ్యము, ఏకమౌతుంది. ఆత్మ తాను సృష్టించిన మాయను నిర్మూలిస్తుంది. అసత్యం, అసత్యమే. అసత్యాన్ని నమ్మితే అసత్యమే పలకాలి. సత్యాన్ని నమ్మితే సత్యమే పలకాలి. అబద్దం చెప్పేవారి వద్ద సత్యం ఉండదు. వారు, అసత్యం వేరు కాదు, అసత్యంతో వారు మమేకమవుతారు. మనసు అసత్యానికి అలవాటు పడి, దానిని వారు అసత్యమని భావించకపోవటమే అసత్యానికి కారణం. వారు అసత్యమును వేరుగా భావించరు. అసత్యం చెడు అని తెలుసుకుంటే వారు అసత్యమును వేరుగా భావించరు. అసత్యం చెడు అని తెలుసుకుంటే వారు అసత్యం వైపు మొగ్గరు. అప్పడు సత్యమనేది ఒకటి వేరుగా ఉంటుందని, దానిని పొందితే మంచిదని తెలుసుకుంటారు. సరియైన దారిని కనుక్కుంటారు.

243. అన్ని నదులు సముద్రములో కలిసినట్లు, మంచి, చెడూ రెండూ ఆత్మలో ప్రవేశిస్తాయి. మంచి, చెడు రెండింటి సృష్టి ఆత్మలోనే జరుగుతుంది, కావున వాటిని ఆత్మకే సమర్పించాలి. మంచి, చెడు ఎందులో నుండి వచ్చాయో, అందులోకే ప్రవేశిస్తాయి. మంచి, చెడు కార్యములకు మనసు కారణం. మనసు శక్తివంతమైన మాయ. మంచి, చెడు అనే ఆటలను పోషించే మనసును తగ్గించలేరు, హెచ్చించలేరు. ఏది జరగవలెనో అది జరుగుతుందా? ఒక నిర్దిష్ట పద్ధతిలో ప్రకృతి ధర్మం లేదా విశ్వ ధర్మం ప్రకారం జరుగుతుంది.

244. విత్తనము చెట్టు నుండి వచ్చినది కాదు, విత్తనము

మూలము. అలాగే భగవంతుడు విశ్వము నుండి రాలేదు, విశ్వం యొక్క మూలము భగవంతుడు. విత్తనము చెట్టు నుండి రాలి, మొక్కగా పెరుగుతుంది. మళ్ళీ మొక్క పెరిగి చెట్టు అవుతుంది. అదే విధముగా, శరీరముతో కలసిన ఆత్మ తన బలహీనతలతో ఆధ్యాత్మికంగా నిరంతర ప్రగతి సాధించి భగవంతునిలో ఐక్యం చెందాలి. మన జన్మము, జీవితము యొక్క పరమార్థం తెలుసుకునే వరకు ఈ జనన, మరణముల చక్రం కొనసాగుతుంది. ఇది సృష్టి యొక్క పురోగతి. విత్తనములో ఆది ఉంది కాని అంతము లేదు. ఎవరిని వీక్షించినా మనం వీక్షించేది ఒకటే విత్తనం. ఏ విధముగా విత్తనం చెట్టుకు, భవిష్య విత్తనములకు మూలమో అదే విధముగా సృష్టికి మూలం మూల ప్రకృతి.

245. ఎవరికైతే సందేహాలుండవో వారు నిస్సందేహమే మానసిక ఏకత్వానికి దారి అని తెలుసుకుంటారు. సందేహాలున్న వ్యక్తికి జ్ఞానం స్వల్పంగా, పరిమితంగా ఉంటుంది. వారికి ఎక్కడ చూచిన, సందేహాలు తప్ప వేరేది కనిపించదు. సందేహములు మనిషి భవిష్య దృష్టిని కప్పివేస్తాయి, కావున భగవంతుని గురించిన సత్యాన్ని, అతని సృష్టిని చూడలేడు. సందేహములలో మునిగిన మనిషి యొక్క స్వీయ ప్రకృతి అతనిపై ఆధిపత్యం చేస్తుంది. ఇతరులలో, తనలో లేని ఏ గుణమును చూడలేడు. ప్రతి ఒక్కరు తమ స్వీయ ప్రకృతికి లోబడతారు. కదిలే నీటిలో మనిషి తన ఛాయను చూడలేడు. స్థిరంగా ఉన్న నీటిలో తన ఛాయను స్పష్టంగా

చూడగలుగుతాడు. అదే విధంగా చంచలమైన మనసు కల మనిషికి తన నిజ ప్రకృతి కనిపించదు. మనసు నిలకడగా ఉన్న మనిషి అంతటా అవిభాజ్యమైన ఏకత్వం చూస్తాడు. అందరిలో తనను చూస్తాడు. ఎర్రని కళ్ళద్దాలు ధరించిన వానికి అంతా ఎరుపుగా కనిపిస్తుంది. అదే విధముగా తప్పు-ఒప్పులు ప్రపంచంలోని మంచి చెడులకు కారణమని మన అభిప్రాయం. ప్రతి ఒక్కరు తమ ఆలోచనల ప్రకారం ప్రపంచాన్ని వీక్షిస్తారు.

246. మనము గొడుగు ఎందుకు ఉపయోగిస్తాము? వర్షంలో తడవకుండా ఉండటానికి గొడుగు వాడతాము. వర్షము మాయ. గొడుగు సత్యము. చిత్తము గొడుగు యొక్క చేతి పిడి. చేతి పిడి అతి ముఖ్యమైనది. ఏ విధముగా చేతిపిడి లేకుండా గొడుగు విప్పకోదో అదే విధముగా మనలోని సత్యం బహిర్గతం కావడానికి మన మనసు ధృడముగా ఉండాలి. మాయ నుండి మనల్ని కాపాడే సత్య జ్ఞానం, సత్యం అవగాహన చేసుకుంటే లభిస్తుంది. మన మనసు స్వచ్ఛంగా ఉంటే సత్యం అవగాహన అవుతుంది. భగవంతుడు ప్రతి వస్తువులో, సర్వత్రా విస్తరించి ఉన్నాడు. మాయ ఆత్మలో నుండి సృష్టింపబడినది, కాని ఆత్మ మాయలో నుండి సృష్టించబడలేదు. శాశ్వతము, అశ్వరము అయిన ఆత్మ నుండి మాయ ఉద్భవించింది. ఉదాహరణకు రాజు కోసం ప్రధానమంత్రి ఉంటాడు, కాని అతనే రాజు కాదు. మనసు ఆత్మ కాదు, ఆత్మ యొక్క ప్రతిబింబం. ఆత్మరాజు, మనసు

ప్రధాన మంత్రి. ఆత్మ మనసు పైన కాంతిని వెదజల్లుతుంది. మనసు ఆత్మ కన్నా క్రింది శ్రేణిలో ఉంటుంది. మనసు నశిస్తుంది కాని, ఆత్మ శాశ్వతం, నాశం లేనిది. ఇంద్రియముల యొక్క వివిధ విషయములు ప్రాపంచిక సృష్టిలో, సుఖాలలో చిక్కుకుని మనసును మాయాధీనం చేస్తాయి. ఆత్మ మానసిక భ్రాంతికి, మాయకు అతీతంగా ఉంటుంది. మనసు పైన త్రిగుణముల ప్రభావం ఉంటుంది, కాని ఆత్మ పైన ఏ ప్రభావం ఉండదు. ఆత్మకు మనసు, సముద్రమునకు నదిలాంటిది. మనసు ఆత్మలో ఒక చిన్న భాగము. మనసు పరిమితం, ఆత్మ అనంతం. ఆత్మకు ఆది, అంతం లేదు. ఆత్మ ఎక్కడినుంచి రాలేదు, ఎక్కడికి పోదు. ఆత్మ అంతటా ఉంటుంది. ఆత్మ తప్ప దేనికి ఉనికి లేదు. ఇదే అన్నిటినీ శాసిస్తుంది. విశ్వమును, జీవుని, మనకు ముందు, మనకు వెనుక అన్నీ, ఈ యదార్థం మనకు తెలియదు కాని సర్వం ఆత్మయే.

247. ప్రాణశక్తి బాహ్య దిశగా కదిలినపుడు మనలో కోరికలు కలుగుతాయి. ఈ ఆకాంక్షయే మనసులా రూపాంతరం చెందుతుంది. మనసు యొక్క విభజన, ఉప విభజన జరిగి రెండు, మూడు, ఆరు భాగములుగా విడిపోయి ప్రపంచము యొక్క ఉనికి మొదలవుతుంది. ఈ ప్రపంచంలో నుండి మంచి, చెడు అన్ని గుణములు సృష్టించబడతాయి. మనిషి తన మనసును పరమ సత్యము వైపు అంతర్ముఖము చేయక బహిర్ముఖము చేసి ప్రాపంచిక సుఖాల కొరకు పలు

రకముల కోరికలు సృష్టించకుంటాడు. మనసును నిర్మూలించే బదులు దానిని పోషించి, కోరికలు, సుఖములు కలిగిన ప్రపంచమును మనిషి తనలో సృష్టించుకుంటాడు. ఈ కోరికలు పలు శాఖలుగా బహిర్గతం అయి, ఎన్నో విభజనలు, ఉప విభజనలుగా కొనసాగుతాయి. ప్రపంచంలోనుండి పంచ జ్ఞానేంద్రియములు, పృథ్వి తత్వానికి సంబంధించిన కర్మేంద్రియములు పుట్టుకొస్తాయి. జ్ఞానేంద్రియములు ఆకాశతత్వమునకు సంబంధించినవి. పంచ జ్ఞానేంద్రియముల సత్వ గుణమునకు చెందినవి అంటారు. ఇంద్రియములను జయించినవాడు స్వేచ్ఛగా ఉంటాడు. అలాంటి వ్యక్తికి తన నుండి తనకు ముక్తి లభిస్తుంది.

248. పరిబ్రహ్మం గురించి నీలో నీవు నిరంతరంగా ఆలోచించు. బయటకు అందరు మనుషుల మనసు వేరుగా అనిపించినా, నిజానికి అన్నీ ఒకటే. మనసు నిరాకారమై వాయు రూపంలో ఉంటుంది. మనసుకు ఏక దృష్టి కలిగితే అది చాలా గొప్పది. ఏక దృష్టి కల మనసు శాశ్వతమైనది. శాశ్వతమైన మనసే అత్యున్నత ఆనందం. శాశ్వతమైన మనసును 'చిదాకాశము' అంటారు. స్వచ్ఛమైన మనసెప్పడు స్వచ్ఛమైన చిదాకాశములో ఉంటుంది. 'చిదాకాశము' తెలుసుకున్న మనిషి ముక్తిని, తన లక్ష్యమును సాధించినట్లే. జీవుడు చిదాకాశములో ఐక్యము చెందితే నీవు, నేను అన్న భావనలు తొలగిపోతాయి. ఈ స్వచ్ఛమైన

స్థలంలో ముక్తి ఉంటంది. భక్తి, శక్తి రెండూ సక్రమమైన మార్గములు. స్వచ్ఛమైన స్థలం బుద్ధిలో ఉంటుంది. జీవుడు పూర్తిగా ఈ స్వచ్ఛమైన స్థలంలో నివసించినపుడు ప్రాపంచిక విషయముల అనుబంధములు కాలిపోతాయి. వెన్నుపూసలో సుషుమ్న నాడి చివరన ఉన్న రంధ్రము ఈ స్వచ్ఛమైన స్థలం. దీనినే బ్రహ్మ రంధ్రం అంటారు. రాజ యోగము అనేది కంఠం పైన ఉంటుంది. మనిషిలోని చుట్టబడిన శక్తి అయిన కుండలిని సుషుమ్న నాడి ద్వారా కంఠం పైకి ఆరోహణ జరిగినప్పుడు, అతడు రాజయోగ పరిధిలోకి ప్రవేశిస్తాడు. కుండలిని సుషుమ్న ద్వారా కంఠం పైకి ఆరోహణ జరగనప్పుడు ఆ యోగము హఠయోగ మంటారు. వర్ణరంధ్రమనేది కూడా కంఠం పైనే ఉంటుంది. కుండలిని వర్ణరంధ్రము వరకు ఆరోహణమయితే శిరస్సులో వివిధ రకముల రంగుల కాంతి గోచరమవుతుంది.

249. బ్రహ్మ రంధ్రం మంత్రము, అన్ని మంత్రముల లక్ష్యము. అంతిమ ఉద్దేశము భగవత్సాక్షాత్కారము, కావున బ్రహ్మ రంధ్రమే మంత్రం. మంత్రం ప్రాణమునకు మంత్రి వంటిది. ఎలాగైతే మంత్రి గొప్ప వాడైనట్లు, ప్రాణము యొక్క మంత్రి అయిన మంత్రం భగవత్సాక్షాత్కార మార్గములో ఆత్మబిందువు. దీని మధ్యలో ఉన్నది శాశ్వత మంత్రం. నిరంతర సాధన వలన, ఆధ్యాత్మిక దృష్టికి ఆత్మబిందువు గోచరమై, వివిధ రకముల నాదములు నిరంతరముగా వినపడతాయి. ఈ నాదమే శాశ్వతమైన మంత్రం. ఈ మంత్రము మధ్యలో ఉన్నది

చిదాకాశం. చిదాకాశవేు చిత్తము. చిదాకాశము పరమానందం. జనన, మరణముల చక్రమును నిర్మూలించే పరమ ఔషధము చిదాకాశము. పరమానందం పొందినప్పడు మన 'వాసనలన్నీ" అంతర్ధానం అవుతాయి. పరమానందమే పరమ ఔషధం. ఔషధం లాగా గురువు యొక్క గురు మంత్రం "తత్వమసి". శిష్యులను భగవంతుని శిరస్సు వైపు మార్గదర్శం చేసేవాడు గురువు.

250. మానవుడిని ఎందుకు మానవుడంటారు? ఎందుకంటే మననం చేస్తాడు కాబట్టి మానవుడు అంటారు. మననం చేసేవాడు నిజమైన మనిషి. పరబ్రహ్మం దారి తెలియనంత వరకు మనిషి నిరంతరంగా జన్మిస్తూనే ఉంటాడు. ఈ దారి తెలియని వారికి సంతృప్తి ఉండదు. దేనికి బంధించబడిలేనివాడు ప్రశాంతంగా ఉంటాడు. బంధములు లేకుంటే పరమానందం కలుగుతుంది. ఇదియే శివశక్తి. శివశక్తికి గోచరం, అగోచరం రెండింటి జ్ఞానము కలదు. శివశక్తి సర్వత్రా విస్తరించినది, సర్వ శక్తివంతమైనదది.

251. ఇంద్రియములతో ఆత్మను అవగాహన చేసుకోలేము. ఆత్మకు ఇంద్రియములకు పూర్తి వ్యత్యాసం వుంటుంది. ఇంద్రియముల సహజ ప్రకృతిని గ్రహించి ఆ జ్ఞానం ప్రకారం ప్రవర్తించేవారు యోగులు. ఇలాంటి మనషులు ఇంద్రియ మాయలకు వశులు, బాధితులు కారు. అలాంటివారు మహాత్ములు. వాళ్ళు ఏది మాట్లాడితే అదే వేదాంతం. వాళ్ళు దైవత్వంలో మునిగి ఉండి పరమసత్యాన్ని ఉచ్చరిస్తారు.

ఇలాంటి మనుషులు చింతపండులోని విత్తనము వంటి వారు. చింతపండు ముట్టుకుంటే జిగటగా ఉన్నా లోపలి విత్తనము స్వచ్ఛముగా, శుచిగా ఉంటుంది. అదే విధముగా జ్ఞానులు ఈ ప్రపంచంలోనే ఉండి శాస్త్ర సమ్మతము, ధర్మ బద్ధమైన సుఖములను అనుభవించినా ఏ అనుబంధములకు వారు చిక్కరు. జ్ఞానికి వయసుతో నిమిత్తము లేదు.

252. దీపమును నూనెతో నింపి, వత్తిని వెలిగించాలి. దీపంలోని నూనె తరుగుతూ ఉంటే వత్తి కిందికి దిగుతూ ఉంటుంది. దీపం లోని కాంతి క్రమంగా తగ్గుతూ వస్తుంది. దీపంలోకి మళ్ళీ నూనె వేసి వత్తిని వెలిగిస్తే మళ్ళీ ప్రకాశిస్తుంది. అదే విధముగా భక్తి పెరిగిన కొద్ది జ్ఞాన జ్యోతి కూడ ఎదుగుతూ ప్రకాశవంతమవుతుంది. జ్ఞానుల శరీరం నీటిలో ఉంచిన వెన్న వంటిది. వెన్న నీటిలో మునగకుండా తేలుతుంది. సూక్ష్మ జ్ఞానము మన శిరస్సులో ఉండాలి. ఈ జ్ఞానం సుశుమ్న నాడి శిఖరములో ఉండాలి. మనసు బుద్ధిలో ఉండాలి, బుద్ధి మనసులో ఉండాలి. బుద్ధిలోనుండి విచక్షణ వస్తుంది. జీవాత్మ పరమాత్మల ఐక్యత విచక్షణ వలన జరుగుతుంది.

253. ఒక కొబ్బరి చెట్టు నుండి చాలా కొబ్బరికాయలు ఉత్పత్తి చెందుతాయి. ఒక జ్ఞాని నుండి ఎందరో జ్ఞానులు ఉద్భవిస్తారు. కొబ్బరి చెట్టు కాండము కింద నుండి నరికివేస్తే కొబ్బరికాయల ఉత్పత్తి ఆగిపోతుంది. మనలోని వాసనలు

కొబ్బరి చెట్టు కాండము వంటివి. దానిని మూలవేరు దగ్గర విచక్షణ అనే గొడ్డలితో నరికి వేయాలి. వాసనలను నిర్మూలిస్తే మనిషి ప్రశాంతతను పొందుతాడు. బంధములను తెంచుకున్న మనిషి సద్గుణము, సత్వ గుణము, శాంతి మొదలగు అన్ని గుణములను పొందుతాడు. బుద్ధి నిలకడగా ఉంటే అది సత్వ గుణము. సత్యము రాతిలో చెక్కిన అక్షరముల వంటిది. సత్యము శాశ్వతము, అశ్వరము. ప్రాపంచిక విషయాల సంభాషణ చాపరాయి మీద చెక్కిన అక్షరముల వంటివి.

254. బావిలోని నీరు తోడివేసి, మట్టిని తొలగిస్తారు. అందులోనుండి వచ్చే నీరు స్వచ్ఛమైనది. మనిషి మొదట స్వచ్ఛంగా ఉండడు. నిరంతర సాధనతో తనలోని కల్మషములను కాల్చివేయాలి. మనసును వాసనల నుండి శుద్ధి చేయాలి. నేను, నాది అన్న భావన పూర్తిగా కాల్చివేయాలి. ఇది జరిగినప్పడు ఇంద్రియ వాసనల నుండి విముక్తి దానంతట అదే కలిగి పరమ సత్యాన్ని అనుభవిస్తాడు.

255. ఒక మనిషి కాగితం పైన వ్రాయుట నేర్చుకున్న తరువాత, ఇసుకపై సాధన చేయాల్సిన అవసరం లేదు. పాలు, మజ్జిగగా మారిన తరువాత తిరిగి పాలుగా మారలేదు. అదే విధముగా భగవంతునిలో ఐక్యము చెందిన పరబ్రహ్మాన్ని పొందిన మనిషి ద్వైతమునకు దిగజారడు.

256. పాలు కొనటానికి వచ్చిన మనిషికి ఆవు వెల తెలుసుకోవలసిన

అవసరం ఏముంది? అదే విధముగా ఆత్మ సాక్షాత్కారం పొందాలనుకునే మనిషి శరీరం గురించి పట్టించుకోవలసిన అవసరం ఏముంది? శరీరం గురించి ఆలోచించాల్సిన వ్యవహారము, ఏ ప్రమేయము అతనికి లేదు. అలాంటి వ్యక్తి ఎండు కొబ్బరి వంటి వాడు. శరీరముతో ఏ అనుబంధం లేనివాడు. త్రాడును కాల్చి బూడిద చేసిన తరువాత తిరిగి త్రాడును చేయలేము. ఒక్కసారి వ్యామోహములను కాల్చి వేసిన తరువాత అవి మనకు ఇబ్బందిని కలిగించవు. ఒక మనిషి పరిపూర్ణమైన జ్ఞాని అయిన తరువాత ప్రాపంచిక విషయాల వైపు దిగజారడు. మనిషి వేరొక మనిషికి చెరుపు చేయడు. మంచి, చెడు అనేది మనం సృష్టించుకున్నవి. పడవ కదలాలంటే ప్రారంభంలో కొద్దిగా దానిని నెట్టాలి. ఆత్మ సాక్షాత్కారం పొందాలనుకునే సాధకునికి ఆధ్యాత్మికత ఆరంభములో గురువు అనుగ్రహం, సహకారం తప్పక కావాలి. పడవ ఆవలి ఒడ్డుకు చేరిన తరువాత దానిని నడిపంచే వారితో అవసరం లేదు. భగవత్సాక్షాత్కారం సంపూర్ణంగా లభించిన వానికి గురువు సహకారం ఇంక అవసరం పడదు. నీటి పైన పడవ ఎలా తేలుతుంది? అలాగే శరీరంలో ఆత్మ కూడ అంతే. ఆత్మ శరీరంలో నివాసమున్నా, శరీరంతో వేరుగా ఉంటుంది. శరీరము బురదతో మలినం అయినప్పుడు, శుభ్ర పరచటానికి నీరు ఉన్న ప్రదేశానికి వెళ్ళాలి. మనసును శుద్ధి చేయటానికి ఏదైనా ఒక సాధన తప్పక చేయాలి. సాధన చేయటానికి మనిషి భయపడితే అతని మనసు ఎలా శుద్ధి చెందుతుంది?

అలాంటి మనిషి భగవంతుని సాక్షాత్కారం ఎలా పొందగలడు? శబ్దము ఒక చేత్తో రాదు, రెండు చేతులు కలిస్తేనే శబ్దము ఉత్పత్తి అవుతుంది. అన్ని వేళ్ళు ఒక్క పరిమాణంలో లేకున్నా భోజనం చేసేటప్పుడు ఒకే పరిమాణంలో ఉంటాయి. సాధన వలన ఒక వ్యక్తి అనుభవం పరిపక్వత చెందినపుడు అతనికి ఏకత్వ అవిభాజ్య అనుభూతి కలుగుతుంది.

గురువు పైన విశ్వాసం నక్క అరుపు వంటిది. అన్ని నక్కల అరుపులు ఒకే విధముగా ఉన్నట్టు, సాధువులందరి హృదయములు ఒకే విధముగా ఉంటాయి. అన్ని బావులలో నీటి స్థాయి సమముగా ఉంటుంది. ఒకే బావిలో నీరు రెండు రకములుగా ఉండదు. అదే విధముగా జీవశక్తి అన్ని ప్రాణులలో ఒక్కటే. అలాగే సూర్య, చంద్రులలోని శక్తి ఆత్మలోని శక్తి ఒక్కటే. ఆత్మ ఆకాశములో, ఆకాశము ఆత్మలో ఉంటుంది. ఈ జ్ఞానం కలిగినవారు సంతోషముతో గానం చేస్తారు. వాళ్ళు మనిషిలో ఆనందం కలిగించే సర్వాకారం అయిన ఆనంద కుండలిని తెలుసుకుంటారు. వారు కుండలిని స్థానం కనుగొని, ప్రాణాయామముతో కలుపుతారు. సాధనతో వారు భక్తిని, ముక్తిని పొందాలి. జనన మరణముల చక్రమును జయించి, భగవంతునిలో వారు పొందిన ఉన్నత స్థానాన్ని మరిచిపోవాలి. మరణమును, దానికి సంబంధించిన వాటినన్నింటినీ జయించాలి. మాయ యొక్క సహజ ప్రకృతిని అవగాహన చేసుకోవాలి. వారు నిత్యానందమును పొందాలి.

ఓ మనసా! శాశ్వత ఆనందముతో ఐక్యం అయిపో. శాశ్వతమైన పరమాత్మతో ఐక్యం అయిన మనసును ఆస్వాదించు. ఓ మనసా! బాహ్యా ప్రపంచం కలిగి ఆనందములో ఐక్యం కావాలి. ఓ మనసా! ఈ శాశ్వత ఆనందమును జీర్ణించుకో. ఈ శాశ్వత ఆనందమును ఆస్వాదించు. శిరస్సులో తారకము వలన కలిగిన కుండలిని ఆనందము అయిన తారక బ్రహ్మ ఆనందమును సేవించు. బాహ్యా ప్రపంచమును తారకము అనే శిరస్సులో ఉంచాలి. బుద్ధి అనే విచక్షణా శక్తి స్వీయ జ్ఞానమునకు తాళం చెవి వంటిది. అది ఎప్పుడూ చేతిలోనే ఉండాలి. నిధి పెట్టె కలిగిన మనిషి, దాని తాళము చెవిని ఎంత జాగ్రత్తగా ఉంచుకుంటాడో అలాగే బుద్ధిని మెదడులో ఏకాగ్రం చేయాలి. అగ్నిపై పెట్టినంత సేపు నీరు వేడిగా వుంటుంది, కాని భూమిపై పాత్రను పెడితే నీరు చల్లారుతుంది. మన బుద్ధి అగ్నిపై పెట్టిన నీరు లాగా ఉండాలి. అదే విధముగా మన విశ్వాసం అచంచలముగా ఉండాలి. గదిలో కట్టివేసిన దూడ బయటకు వెళ్ళుటకు ఎంత ఆతృత చెందుతుందో జీవుడు కూడా అంతే. జీవుడు జ్ఞానామృతం సేవించే ఆతృతలో ఉంటాడు.

257. సంపూర్ణ ఏకాగ్రత అయిన 'ధారణ', బుద్ధిలో విచక్షణా శక్తిని పెంచే సాధనం. ధారణ ముక్తి పథం. అత్యున్నతమునకు మార్గదర్శనము చేసే పథము ధారణ. ప్రాణశక్తి నిలకడగా మారుటకు ధారణ ఒక సాధనం. జీవశక్తి నిలకడగా ఉంటే

మనసు నిలకడగా ఉంటుంది. ప్రాణశక్తికి ఊర్ధ్వగతిని కల్పిస్తే జ్ఞానము అన్ని నాడులలో ప్రవేశించి ప్రశాంతత లభిస్తుంది. నిరంతర ధారణ సాధన చేసినవారు విశ్వాన్ని పోషించే శక్తిని తమలో వృద్ధి చేసుకుంటారు. మనిషి మనసు ఏక దృష్టి చెందితే అతను నిత్య ముక్తిని ఆస్వాదిస్తాడు. ఆత్మ అన్ని కర్మలకు, విధానములకు అతీతం. కర్మను అనాసక్తితో ఆచరించాలి. మనం చేసినది మరచిపోతే పాపము కాదు. క్రియా రహితము, భావరహితము అయిన ఆత్మ జ్ఞానంతో కర్మ చేయబడుతుంది.

258. ఇంద్రియములు ఆత్మను అవగాహన చేసుకోలేవు. బుద్ధి ఆత్మను అవగాహన చేసుకుంటుంది. ఆకారము, గుణములతో ఉన్న వస్తువులాగా ఆత్మను తెలుసుకోలేరు. శరీరం పైన దృష్టి నిలిపిన వారు ఆత్మ యొక్క కీర్తిని, గొప్ప తనాన్ని తెలుసుకోలేరు. గోచరమయ్యే వస్తువుల పైన మన దృష్టిని తగ్గించుకోవాలి. అగోచరమయ్యే వస్తువుల పట్ల ప్రేమను పెంచుకోవాలి. ప్రపంచం గోచరం. ప్రాపంచిక విషయములపైన ప్రేమను తగ్గించుకోవాలి. కనబడే వస్తువులు సంతోషం, బాధతో అనుబంధం కలిగి ఉంటాయి. అదృశ్య వస్తువులు సంతోషానికి, బాధకు అతీతం. భగవంతుడు ప్రపంచంలోని ద్వైతములకు అతీతుడు.

## మూడవ భాగము

259. 'ఓం' ఆకాశములో తుఫాను వంటిది. ఆది, అంతము లేనిది. 'ఓంకారం' నాటకంలోని వేదిక నిర్వాహకుడి పాత్ర వంటిది. ఓం మానవ శరీరములలో కార్య నిర్వహణ చేస్తూ ఆ శరీరములలో పూర్తిగా విస్తరిస్తుంది. ఓం మనకు అంతర్గతముగా, బాహ్యముగా మన చుట్టూ ఉంటుంది. సృష్టిలోని అన్నింటికీ ఓం మూల కారణం. 'ఓం'ను నిరంతరం జ్ఞాపకం పెట్టుకోవాల్సిన అవసరం లేదు. ప్రారంభ దశలో ఉన్న సాధకుడు ఆధ్యాత్మికంగా ఒక స్థాయిని చేరిన తరువాత ఓంకారం తనంతట తాను జ్ఞప్తికి వస్తుంది. ఓం ఉనికి అన్నిట్లో ఉంటుంది. ఓం అవిభాజ్యము, అఖండము. ఓం ఉనికి అన్ని జంతువులలో ఉంటుంది. జంతువులు ఏ శబ్దం చేసినా అది ఓంకారమే. ప్రణవం అనేది ఓంకారం యొక్క మరొక్క పేరు. ప్రకృతిలో ఐక్యమైన ఓం ప్రణవం. ప్రణవంతో ఐక్యమైన ఓం యొక్క శరీర కదలిక 'ప్రణవం'. ప్రకృతి, సూక్ష్మము వేరు అన్న భావన ప్రణవం. స్థూలము, సూక్ష్మము ఒక్కటే అన్న భావన కలిగితే ఏకత్వ భావానుభూతి కలుగుతుంది. ఇదే ఓంకారం. మనిషి ఏకత్వ భావనలో ఇమిడిపోతే అతను సర్వత్ర ఏకత్వాన్ని దర్శిస్తాడు. అలాంటి మనిషికి ఈ ప్రపంచంలో భగవంతుడు తప్ప వేరే పని లేదు. విశ్వమంతా భగవంతునితోనే నిండి ఉంటుంది. విశ్వాసంతో ఏది ఆరాధిస్తే అదే సర్వం.

260. విశ్వమంతా వ్యాపించినది ఓం. అది నిరాకారం. అందరిలోను, అందరికీ కాంతి నిచ్చేది ఓం. జ్ఞానం, అజ్ఞానం అనేవి భ్రాంతి. పరిపూర్ణుడైన వ్యక్తికి జ్ఞానం, అజ్ఞానం రెండూ సమానమే. అలాంటి వ్యక్తి అన్ని గుణములకు అతీతుడు. సుఖం, దుఃఖంలాంటివి ఏవి భగవంతుని యొక్క పరమానందం పొందిన మనిషికి అంటవు.

261. మనసు, కోరికలు, అన్నింటికి మూల కారణం. వీటిని నిర్మూలించినపుడు అన్నీ ఏకవౌతాయి. కోరిక తీర్చుకొనుటకు భగవంతుని యొక్క ప్రత్యేక విగ్రహము కాని చిత్రపటము కాని అవసరం లేదు. కర్త, కార్యము వేరు అనే భావన మాయ వలన కలుగుతుంది. మనిషి మాయను అధిగమించినపుడు రెండూ సమానముగా కనిపిస్తాయి. ప్రతిక్షణము ఏకమే అన్ని, అన్నీ ఏకము.

262. ఆకాశము అనేది శిరస్సులోని చిదాకాశము. చిదాకాశము మనిషిలో ఉర్ధ్వగతిలో ఉంటుంది. సమాధి అనే సూక్ష్మస్థితిలో ప్రవేశించిన మనిషిని పురుషుడు అంటారు. స్థూల స్థితిలో చిక్కుకున్న వారు ఆడ, మగ ఎవరైన స్త్రీనే. మనసు యొక్క అంతర్గత స్థితి మనిషిని పురుషునిగాను, స్త్రీగాను మారుస్తుంది. ఒక వ్యక్తిలోని అంతర్గత స్థితికి బాహ్యాకారంతో నిమిత్తం లేదు.

263. కోరికలు లేని మనుషులకు భగవంతుడు వేరే అవసరం లేదు. మనసును ఏక దృష్టిలో పెట్టుటకు సాధన అవసరం.

నాడిలో చలనం ఉన్నంతవరకు మనిషికి బుద్ధి పైన ఏకాగ్రత ఉండాలి. మనం ఏ కార్యం చేసినా, దేనిపైన మనసు అనుబంధములను పెంచుకోరాదు. మనసులోని ఆలోచనలు నిరంతరం పరబ్రహ్మం పైనే ఉండాలి. నీటిలో ఉన్న మనిషి మునిగిపోకుండా ఈత నేర్చుకోవాలి. అదే విధముగా ప్రాపంచిక విషయములలో మునిగిపోయిన మనిషి స్థూల ప్రపంచంలోంచి మానసికంగా ఎలా బయటకు రావాలో నేర్చుకోవాలి. అప్పుడే మనిషి ఏ బంధములు లేకుండా ద్వైతమునకు అతీతుడు కాగలడు. మాయను అత్యున్నత మాయతో జయించాలి. అంటే ఏమిటి? ఈ ప్రపంచంలో రెండు రకముల మాయలున్నవి. ఒకటి, ఈ పరిధిలోని ద్వైతముకు లోబడి, మనకు ఈ ప్రపంచంలో గోచరించే మాయ. మరొకటి ఈ గుణమునకు అతీతమైనది. అత్యున్నత మాయ పరబ్రహ్మలో ఐక్యమయిన జ్ఞాన స్వరూపిణి. జ్ఞానజ్యోతి అయిన అత్యున్నత మాయ సహాయంతో ప్రాపంచిక విషయములకు బంధము అయిన వేరొక మాయను జయించాలి. పరబ్రహ్మం తెలుసుకున్న మనిషి ప్రపంచమును మరిచిపోయి, మాయకు అతీతంగా ఉండాలి. మనిషి కొబ్బరిచెట్టు పైకెక్కినప్పడు తాను చెట్టును పట్టుకుంటాడు, కాని చెట్టు అతనిని పట్టుకోదు. అదే విధముగా మాయ మనిషిని పట్టుకోదు, మనిషే మాయకు వశుడైతాడు. మనసు ప్రాపంచిక విషయముల వెంట పరుగుతీస్తుంది కావున మనిషి మాయకు అధీనుడవుతాడు. మనసుకు దేనితోను బంధము లేకపోతే

సుఖ దుఃఖములు కలిగినా ప్రపంచం మనిషిని భాదించదు. మనలను బంధించడానికి మాయకు చేతులు, కాళ్ళు లేవు.

264. నిర్వికల్ప స్థితి యొక్క అనుభవం సూక్ష్మములో కలుగుతుంది, స్థూలములో కలుగదు. అంతటా ఏకత్వాన్ని చూడటమే సమాధి. శరీరంలోని ఆత్మకు ఆరు శతృవులైన కామ, క్రోధ, లోభ, మోహ, మద, మాత్సర్యములను మనిషి జయించాలి. సాధన ఆరంభంలో ఉన్న మనిషి ఇతరులను గూర్చి చెడుగా మాట్లాడరాదు. ఇలా చేస్తే మొక్క చిగురు పైన పెద్ద రాయి పెడితే, మొక్క ఎదుగుదల ఆగిపోయినట్టు, సాధకుని ప్రగతి ఆగిపోతుంది. మొదట సాధకుడు ఒక్క క్షణం కూడ సాధనను విడువకూడదు. మనసు దృష్టి నిరంతరం సాధన పైన నిలపాలి.

265. శాశ్వతమైన పరబ్రహ్మం గూర్చి ఆలోచిస్తూ, ప్రాణశక్తిని విశ్వాసముతో ఊర్ధ్వగతిలో స్థిరముగా చేయాలి. ఇదే దాస్యం నుంచి విముక్తికి దారి. శరీరం నశిస్తుంది, నశ్వరము. ఆత్మ నాశము లేనిది, అశ్వరము. మరణం తరువాత ఒక శరీరమును మృత్యువు తీసుకెళ్ళితే, ఆత్మ వేరొక కొత్త శరీరమును తీసుకుంటుంది. యోగమంటే ఏకమవటం, రెండు ఏకమగుట యోగము. మనసు, బుద్ధి ఏకమయితే అది యోగము. జీవుడు బుద్ధి మార్గంలో పయనించి శిరస్సులోని బ్రహ్మ రంధ్రంలోకి ప్రవేశిస్తే అది యోగము. సూక్ష్మము మరియు స్థూలము, గోచరము మరియు అగోచరము, నశ్వరము మరియు అశ్వరములతో

ఏకమయ్యేది యోగము. భక్తి, తర్కము, శక్తి ఏకమైతే అది ఓంకారం. ఓంకార అవగాహన కలిగినప్పుడు అహంభావం ఓంకారంలో లీనమవుతుంది. మనసు బుద్ధిలో ఐక్యం చెందితే అహంభావం గతంలో మిగిలిపోతుంది. బుద్ధిని చిత్తమునకు అధీనం చేసి మనిషి 'నేను' అనేది తెలుసుకోవాలి. చంటి పిల్లలను నిద్ర పుచ్చినట్లు, మనసులోని వాసనలను తొలగించి సమాధిలోకి పంపించాలి.

266. ఓ మనసా! శాశ్వత ఆనందమును ఆస్వాదించు. వరదలు సంభవించిన ప్రదేశమంతా నీటితో నిండినపుడు బావులు, చెరువుల మధ్య వ్యత్యాసం తెలియదు. అదే విధంగా విశ్వమంతా వ్యాపించిన భగవంతున్ని, ఒక ప్రత్యేక ప్రదేశంలో కనిపెట్టలేము. ఇక్కడ అక్కడ అని కాక భగవంతుడు అంతటా ఉన్నాడు. సంతోషం నిరంతర దుఃఖముతో కూడి ఉంటుంది. అంధుని వెంట వుండే దండములాగా, సంతోషము నిరంతర దుఃఖముతో కూడి వుంటుంది. శరీరము, ఆత్మ వేరు అని గ్రహించిన వారే ఆదిమ స్వచ్ఛతను పొందుతారు. నేను, నాది అనునవి ఇంద్రియములకు గోచరం కావు. కుండలిని నాసిక చివరకు చేరినప్పుడు అహంభావం నశిస్తుంది. ఆత్మ స్థూల దృష్టికి అగోచరం కావున ఆత్మ ఆది,అంతం లేనిది. ఆత్మ శాశ్వతం కావున ఆత్మ యొక్క శక్తిని తగ్గించుట అసాధ్యం. ఆకాశం సజాతీయముగా, సమానముగా ఉన్నట్లు, ఆత్మ అంతటా సమానముగా ఉంటుంది. లక్షలాది సూర్యుల కాంతి, మన శిరస్సులోని అత్యున్నత జ్ఞానజ్యోతిలో ఉంటుంది. ఏది

గొప్పది? మన కన్నా లేక సూర్యుడా? కన్ను గాయం అయినా, నష్టము జరిగినా చూడలేము, కావున సూర్యుని కన్నా కన్ను ముఖ్యము. అదే విధముగా ఆత్మ లేకుండా భగవంతుని పొందలేము, కావున ఆత్మ అత్యంత ముఖ్యమైనది. బంగారు విగ్రహపు ఆకారం మనసు యొక్క సృష్టి. భగవంతుడు నిరాకారుడు. భక్తుడు ఏ రూపంలో చూడాలని కోరుకుంటే ఆ రూపం ధరిస్తాడు. మనిషి చిత్రపటం తీసినప్పుడు, చిత్రము అతని భంగిమ ప్రకారం వుంటుంది. అతనిలోని సద్గుణములు, దుర్గుణములు దానిలో ప్రకటితము కావు. అదే విధంగా పూజా యొక్క ఫలం మన విశ్వాసం మీద ఆధారపడి వుంటుంది. అది ఏ విధంగా గాని భగవంతుని అనుగ్రహాన్ని, సర్వజ్ఞతను ప్రతిబింబించదు. మనం విత్తనము నాటిన విధానమును అనుసరించి ఫలితం అనుభవిస్తాము.

267. మనిషిలో అంతర్గత విశ్వాసం ప్రకారం ఫలితం దక్కుతుంది. భగవంతుడు ఒకరిని ఆదరించి వేరొకరిని త్యజించడు. మన విశ్వాసం, వెచ్చించిన శక్తి ప్రకారం ఫలితము పొందుతాము. జీవుడు పంజరంలోని పక్షివంటివాడు. శరీరమే పంజరము. తన గూడు చెడిపోతే పక్షి ఎగిరిపోయి, వేరొక కొత్త గూడును ఒక నెలలో కాని, కొన్ని దినములలో కాని, కొన్ని నిమిషములలో కాని నిర్మించుకుంటుంది. ఇది పక్షి యొక్క శ్రమను బట్టి ఉంటుంది. అదే విధముగా ఆత్మ శరీరమును వదిలినపుడు కొత్త శరీరమును తీసుకుంటుంది. ఎప్పుడు, ఎక్కడ అనేది ఆత్మకే తెలుసు. ఒక మనిషి పరమానందమును

అయిదు నిమిషములలో కాని ఆరు నెలల్లో కాని పొందవచ్చు. అది అతని శ్రమపై ఆధారపడి ఉంటుంది.

268. వైరాగ్యము నిలకడగా, నిత్యము ఉండాలంటే సాధన అవసరం. సాధనతోనే మనలో నిరంతర, నిరాటంక వైరాగ్యమును స్థిరపరచవచ్చును. వైరాగ్యమంటే ఏమిటి? వైరాగ్యము శరీరమునకు సంబంధించినది కాదు. మనసు అన్ని బాహ్యా, అంతర్గత, కర్త క్రియలలో నిలకడగా, అచంచలముగా ఉంటే ఆత్మ సాక్షాత్కారమవుతుంది. అంతర్ముఖంగా ఆత్మసాక్షాత్కారం పొందవచ్చు. మన దృష్టిని ప్రాపంచిక విషయములపై తగ్గించి, అగోచరమైన విషయములపై దృష్టిని పెంచాలి. ఆత్మ సాక్షాత్కారం పొందుటకు భగవంతుని గురించిన జ్ఞానమును, విజ్ఞానమును అంటే భగవత్సాక్షాత్కారంను పొందిన అవగాహనను రెండింటినీ మరచిపోవాలి. ఒక వ్యక్తి అతనికి తెలిసిన విషయములను, తాను తెలుసుకున్నాను అన్న జ్ఞానం లేనప్పడు, ఆత్మ సాక్షాత్కారం కలుగుతుంది.

అత్యున్నత అవగాహన కలిగిన వారు, చెవులున్న చెవిటివారు, కళ్ళు ఉన్న అంధుల వంటి వారు. వారి దృష్టి ఎల్లప్పడూ శాశ్వతమైన ఏకత్వం పైనే స్థిరంగా ఉంటుంది. సాధువులకు తాము ఏ కార్యములు చేస్తున్నామన్న చింత ఉండదు. ఇంద్రియములు ఎంత చురుకుగా ఉన్నా సాధువులు వాటి అధీనులు కాకుండా, వాటితో ఏ అనుబంధములు లేకుండా ఉంటారు. ఇంద్రియ కార్యములు వారికి నిష్కార్యములు.

వారిలో సృష్టి భావము తక్కువగా, శూన్యత భావము ధృడముగా ఉంటుంది. వారిలో మరుపు, ఉపేక్షణ శక్తి తీవ్రముగా ఉంటుంది. వారి దృష్టి కొబ్బరిచిప్ప పై కాకుండా కొబ్బరిపై ఉంటుంది. వారి దృష్టి గోచరములపైన కాకుండా అగోచరములపైన, లౌకిక విషయముల పైన కాకుండా భగవంతుని పైన, అశాశ్వతము, క్షణికమైన లౌకిక సుఖముల పైన కాకుండా శాశ్వతమైన పరమానందం పైన ఉంటుంది. వీరు పాప పుణ్యములకు, యోగ్యతలకు అతీతులు. వారు శరీరము యొక్క ఉనికిని ఎరగరు కావున ప్రాపంచిక చట్టము, ధర్మశాస్త్రము వారికి వర్తించవు. వారు నీటిలోని పడవ వంటి వారు. వారు ఈ ప్రపంచములో ఉండి ధర్మసమ్మతమైన సుఖములను ఆస్వాదించినా వేటితోను అనుబంధములు పెంచుకొనరు. ఏ విధముగా నీరు, పడవ భిన్నముగా ఉండునో అదే విధముగా వారు ఆత్మ, శరీరం వేరు అని భావిస్తారు. శరీర కార్యములకు అలక్ష్యముగా, వైరాగ్యముగా ఉంటారు. క్షణికమైన, అశాశ్వతమైన లౌకిక సుఖములను త్యజించి భగవంతుని యొక్క పరమానందమును ఆస్వాదిస్తారు. వారు లౌకిక సుఖములైన పై పొట్టును త్యజించి దివ్యానుభూతి, ఆనందము అనే చెరుకు రసమును ఆస్వాదిస్తారు. పంచదారగా మారిన చెరుకు తిరిగి చెరుకుగా మారలేదు. అదే విధంగా ఆధ్యాత్మిక పరిపూర్ణతను సాధించిన మనిషి తిరిగి ఈ లోకంలోకి దిగజారడు. ఆత్మ సాక్షాత్కారం కలిగిన మనిషికి, తాను శరీరం అన్న భావన ఎప్పటికీ కలగదు. ఏ విధముగా పాత

పాత్ర అవసరమైన మరమ్మత్తుల తరువాత కొత్తదానివలె మెరిసినట్లు, వాసనలు నిర్మూలించబడిన బుద్ధి స్వచ్ఛమైన సత్వగుణంగా మారుతుంది. వాసనలలో నిమగ్నమైనందు వలన బుద్ధి తన సహజ ప్రకృతిని కోల్పోతుంది. స్థూలమును తొలగిస్తే బుద్ధి తన సహజమైన ఆదిమ గుణమును పొందుతుంది. అప్పుడు ఆ వ్యక్తికి సంపూర్ణ సంతృప్తి కలుగుతుంది.

269. మనం సంతృప్తిని పొందాలంటే బుద్ధిని శుద్ధి చేయాలి. బుద్ధిని శుద్ధి చేయకపోతే చిత్తము నిలకడగా ఉండదు. చిత్తము శుద్ధిగా లేకపోతే మాటల భ్రాంతి, గారడి నుండి విముక్తి పొందలేము. ఒక మనిషి మౌనము పాటించాలంటే చిత్తము తప్పనిసరిగా శుద్ధిగా ఉండాలి. నీటిలో మంచుగడ్డ కలిసిపోయి దానిలో ఐక్యమైనట్లు, ఆత్మ సాక్షాత్కారం పొందిన మనిషి ఆత్మలో ఐక్యం పొందుతాడు. అన్ని నదులు సముద్రంలో కలుస్తాయి. వాసనలు ఆత్మ నుండి ఆవిర్భవించి ఆత్మలోనే ఐక్యమవుతాయి. ఆత్మ వస్తువు కాదు, కర్మ వస్తువు. ఆత్మ అగోచరం, కర్మ అలా కాదు. పొగవాడ (స్టీమర్) చూసేవాళ్లకు నీటిని స్పర్శిస్తున్నట్లుగా ఉంటుంది కాని అది వాస్తవము కాదు. పొగవాడ లాగా మనిషి ప్రపంచంలోనే ఉన్నా, దానిలో బంధింపబడరాదు. భగవంతుడు తనంతట తాను వచ్చి ఆనందమును ప్రసాదించడు. మనమే భగవంతుని పరిశోధించి అతని సాక్షాత్కారం పొందాలి.

270. నిష్ఫలమైన చెట్లను ఎవరూ చూడాలనుకోరు. మనిషికి

ఆలోచనాశక్తి, మనసు ఉన్నందున మనిషి అంటారు. మనం ఓంకారంలో ఐక్యం చెందుటకు ప్రయత్నం చేయాలి. ముక్తిని పొందాలనుకునేవారు తాను శరీరం అన్న భావనను ఒకేసారి త్యజించాలి, తాను ఆత్మనని భావించాలి. నేను, నాది అని గట్టిగా భావించేవారు వెయ్యేళ్ళు సాధన చేసినా శాంతిని స్వల్పముగా కూడా పొందలేరు. నదిలో బ్రాహ్మణుడైన, చండాలుడైనా, బాలుడైన స్నానం చేస్తే వారు పరిశుద్ధులవుతారు. అదే విధంగా ఒక మనిషి సాధన చేస్తే, ఆ మనిషి బ్రాహ్మణుడైన, చండాలుడైన, బాలుడైనా, భగవత్సాక్షాత్కారం పొందాలని శక్తి వంచన లేకుండా ప్రయత్నం చేస్తే, అతను అత్యున్నత స్థానం చేరగలడు. భగవత్సాక్షాత్కారం పొందుటకు భక్తుని యొక్క కులముతో సంబంధం లేదు. ఫలితం భగవంతునిపై భక్తునికి గల నిర్మలమైన శ్రద్ధా భక్తులు, వాటి తీవ్రతను బట్టి లభిస్తుంది.

మనుషులందరి బాహ్య శరీరం వేరుగా కనపించినా, అంతర్గతముగా అంతా సమానమే. ఆత్మ, బుద్ధి, మనసు, చిత్తము మరియు ఇతర గుణములు బాహ్యముగా వేరుగా కనపడినా అన్నీ సమానము. ఈ గుణములు వాసనలలో చిక్కుకున్నందువలన బాహ్యముగా వ్యత్యాసం ఉంటుంది. ఆత్మ, బుద్ధి, మనసు మొదలగునవి స్వచ్ఛముగా ఉంటే అందరి మనుషులలో అవి సమానమే. పుచ్చపండు, మిరపకాయలు ఒకే భూమిలో పెరిగినా, వాటి ప్రకృతి వేరుగా ఉంటుంది. ఒక శిష్యుడు ఆధ్యాత్మికముగా అత్యున్నత స్థానం

పొందితే వేరొకతను అతనికి పూర్తి విరుద్ధంగా ఉంటాడు. ఈ వ్యత్యాసం వారి సహజ ప్రకృతి వలన ఏర్పడుతుంది. అగ్ని యొక్క వేడి దాని సమీపంలో ఉన్న వారికి తెలుస్తుంది, కాని నీటిలో కూర్చున్నవారికి ఎప్పుడు అనుభవం కాదు. మహాత్ముని గొప్పతనం అతని సామీప్యంలో ఉన్నవారు, అతనికి ప్రియమైన వారు గ్రహించగలరు, కాని అతనితో ప్రతికూలంగా ఉన్నవారు, అతనిని ఉపేక్షించేవారు గ్రహించలేరు. ప్రశాంతత నీటిలాగా చల్లగా ఉంటుంది. నీరు వేడి వస్తువును చల్లార్చినట్లు, మనసును ప్రశాంతత చల్లబరుస్తుంది. ఆకలి వేయకముందే ఆహారం వండి, సిద్ధంగా ఉంచాలి. అదే విధముగా శరీరమును త్యజించక మునుపే 'నేను' అనేది ఎవరు అని తెలుసుకోవాలి. మనము వృద్ధాప్యం చెంది, ఏమి సాధించలేని స్థితిలో కాక మనము తగినంత ఆరోగ్యముగా ఉన్నప్పడే ఆత్మ సాక్షాత్కారం సాధించుటకు తీవ్ర ప్రయత్నం చేయాలి. మనము గృహస్తులము కాక మునుపే గృహస్తుల విధులు తెలుసుకోవాలి. గృహస్తుడు తన బాధ్యతలు తెలుసుకోలేకపోతే సరియైన దారిలో నడవలేడు. గృహస్తుడు తన బాహ్యాంతర ములను రెండింటిని స్వచ్ఛముగా ఉంచాలి. కర్త, క్రియల విచక్షణ ఉండాలి, తప్ప, ఒప్పల విచక్షణ ఉండాలి. గృహస్తునికి అత్యున్నత విచక్షణాశక్తి ఉండాలి.

271. ఇంద్రియములను తృప్తి పరుచుటకు మనిషి తన పూర్తి శక్తిని ఉపయోగిస్తాడు. ఇంద్రియములను నియంత్రించి వాటిపై

అధీనం పొందుటకు ఆత్మపైన ధ్యానం చేయుట ఒక్కటే మార్గము. అశ్వము కాళ్ళను బంధించి దానిపైన స్వారీ చేసినట్లు, ఇంద్రియములపై స్వారీ చేయాలి. తాటాకుల గొడుగు నుండి నీరు కిందికి ప్రవహించినట్లు, మనిషి నేను కర్తను అన్న భావన నుండి విముక్తుడు కావాలి. మనిషి సర్వదా భగవంతుడే కర్త తాను అతని చేతిలో ఒక సాధనమని భావించాలి. గృహస్తుడు, ఆలయమునకు సమర్పించిన దూడలాగా ఉండాలి. దూడ తన ఉనికి కోసం పూర్తిగా భగవంతుని అనుగ్రహం పైనే ఆధారపడుతుంది. అదే విధముగా మనిషి కూడ తన ఉనికి కోసం పూర్తిగా భగవంతుని అనుగ్రహం పైన ఆధారపడాలి. ప్రతి ఒక్కటి పరబ్రహ్మానికి సమర్పించాలి. ఇలా చేసినవారు భగవంతుని సన్నిధిలో చేరువలో ఉంటారని, చేయని వారు భగవంతునికి దూరముగా ఉంటారని అనుకోవద్దు. భగవంతునికి తమ శ్రమ యొక్క ఫలితమును, తమని తాము సమర్పించుకొనుట కొందరి తత్వం. అటువంటి వారికి భగవత్సాక్షాత్కారం కలిగింది అని చెప్పలేము. భగవంతుడు నిష్పక్షపాతి. అతను ఎవరికిచ్చే ప్రతిఫలం వారి పూజా విధానం ప్రకారం ఇస్తాడు. భగవంతుడు దీపం వంటి వాడు. వెయ్యి మంది ముందు దీపం పెడితే అందరికి కులమత భేదములు లేకుండా సమానముగా కాంతిని ప్రసాదిస్తాడు. ఎవరైన జ్యోతిని స్వీకరించవచ్చు. ఎక్కడ జ్ఞానం ఉంటుందో అక్కడ అజ్ఞానం ఉండదు, ఎక్కడ వెలుతురు ఉంటుందో అక్కడ అంధకారం ఉండదు. ఎక్కడైతే చీకటి ఉంటుందో అక్కడ

వెలుతురు ఉండదు. భగవత్సాక్షాత్కారం పొందిన మనిషి ప్రపంచమును ఉపేక్షిస్తాడు, లౌకిక విషయములపై ఆసక్తి ఉన్న మనిషి ఆత్మ సాక్షాత్కారం కోసం తాపత్రయపడడు. ఈ రెండు విరుద్ధములు. ఒకే దగ్గర, ఒకే సమయములో ఉండలేవు. మన తత్వము సూర్యునిలా ఉండాలి. మనిషి తత్వం సూర్య కిరణముల వలె సర్వ సమానతతో ఉండాలి. మనిషి తత్వం, తనవరకే కాకుండా, సూర్యుని కిరణముల వలె హద్దులను దాటాలి. మన చిత్తము చంద్రుని వలె చల్లగా ఉండాలి. చిత్తము సంపూర్ణ ప్రశాంతతో ఉండాలి. సంపూర్ణ ప్రశాంతతను పొందుటయే మానవ జన్మ ఉద్దేశము, అంత్యము.

272. వైరాగ్యము, వస్త్రాన్ని కాలుస్తున్న అగ్నిలా ఉండాలి. వైరాగ్యము బాగా పెరిగినపుడు ఆత్మ దివ్యత్వమును పొందవచ్చు. మనసు ధృడముగా, అచంచలముగా, నిలకడగా ఉండాలి. శరీరము కాదు. భగవత్సాక్షాత్కారమునకు శరీరముతో పెద్దగా ఉపయోగము ఉండదు. మనసును శుద్ధి చేస్తే సమాధి దృష్టి, సమదృష్టిని పొందవచ్చు. మనసు స్వచ్ఛముగా లేకపోతే సమాధిని పొందలేము. సత్వగుణము మనలో పెంపొందించుకొనుటకు సాధన తప్పనిసరిగా చేయాలి. సూక్ష్మజ్ఞానమును పెంపొందించుకోవటానికి సాధన అత్యంత ఆవశ్యకం. సాధన లేకపోతే, ప్రాపంచిక విషయములపై కోరికలు నశించవు. మనిషి ఏమి సాధించాలి? మనిషి తన చిత్తమును మూడు శక్తులైన సత్వము, రజము, తమస్సు

నుండి శుద్ధి చేసుకోవాలి. చిత్తమును శుద్ధి చేయుటను పురుషార్థము అందురు. మలిన వస్త్రములను సబ్బు నీటితో శుభ్రపరిచినట్లు, చిత్తములోని మలినమును బుద్ధి అనే సబ్బు నీటితో శుద్ధి చేయాలి. బుద్ధిని ఆకాశమంత స్వచ్ఛముగా ఉంచాలి. ఇది మనిషి యొక్క ముఖ్య ధర్మం. ఆరంభ దశలో ఉన్నవాడు యంత్రంపై కుట్టు నేర్చుకుంటే తన దృష్టి కాళ్లపై కాకుండా చేతులపై నిలుపుతాడు. అదే విధముగా మన దృష్టిని బుద్ధి పైన నిలిపి మనసును హృదయాకాశంలో ఐక్యం చేయాలి. ఇది సాధించినపుడు మనము నిత్యానందము అని పిలవబడే శాశ్వత ప్రశాంతతను పొందుతాము.

273. మనసు స్వచ్ఛంగా ఉన్నవారు భగవంతుణ్ని ఏ పేరుతోనైనా పిలవచ్చు. ప్రకృతిని రైలు పెట్టితో పోల్చవచ్చు. దానిలోని ప్రయాణికులని జ్ఞానులతో పోల్చవచ్చు. రైలు స్థావరములను (స్టేషన్‌లను) శరీరములోని చక్రములతో పోల్చవచ్చు. కుండలిని ఆరు చక్రములను దాటి మెదడులోని సహస్రారమును చేరుతుంది. ఓంకార రూపంలో ఉన్న కుండలిని సూక్ష్మ శక్తిని రైలు యంత్రము గొట్టములోని ఆవిరి శక్తితో పోల్చవచ్చు. శరీరంలోని గొట్టములే నాడులు. ఈ నాడుల లోపల శక్తి లేదా కుండలిని శక్తి ఊర్ధ్వగతిలో మెదడులోని సహస్రారం వైపు నడిపించే కదలికలు చేస్తాయి. అనుభవం ద్వారా కుండలిని సూక్ష్మ శక్తిని పొందుట మనిషి యొక్క మొదటి, అతి ముఖ్యమైన ధర్మము.

274. మనుషులందరు ఒకే కాలములో పరమాత్మను పొందలేరు. అదే విధముగా ఒకే కాలములో మనుషులందరు కోటీశ్వరులు కాలేరు. ఈ ప్రపంచములో, మనుషులందరు ఏదో ఒక కాలములో పరమాత్మను పొందగలరు. సమయములో మాత్రమే భేదము. సముద్రములో నీరు సమృద్ధిగా ఉంటుంది కాని మనము తీసుకెళ్ళే నీరు మన పాత్ర పరిమాణం ప్రకారం ఉంటుంది. భగవంతుడు అత్యంత ఘనుడు, దయాళుడు.మన పూర్వ కర్మల ఫలితము వలన భగవంతుని వైపు దృష్టిని సారిస్తాము. మన పూర్వ కర్మల వలన మనము సాధువుల ప్రవచనముల కోసం తపన పడతాము. వాటి వలన ప్రాపంచిక సుఖాలపై వ్యామోహము ఉండదు. పూర్వ కర్మల ఫలితము వలన వైరాగ్యం వస్తుంది. పూర్వ జన్మల వాసనల మార్గదర్శనం వలన వైరాగ్యం దానంతట అదే సంభవిస్తుంది. వారికి ప్రత్యేకమైన వైరాగ్యము అవసరం లేదు. వారు వెంటనే ముక్తి మార్గం అవలంభించాలి.

275. జ్ఞానం పొందుటకు వయస్సుతో నిమిత్తము లేదు. వృద్ధులు, యుక్త వయస్సులో ఉన్నవారు, ఎవరైనా పొందవచ్చు. జ్ఞానము ఎక్కడైనా, ఎప్పుడైనా కాలము, స్థలముతో సంబంధం లేకుండా పొందవచ్చును. జ్ఞాన పిపాస ఎప్పుడు కలిగితే అప్పుడు ముక్తిని పొందుటకు తగిన సమయము. జ్ఞాన తపన, ఆకలి లేని వారు ముక్తి కోసం ఆకలి అనుభవం కలిగే క్షణం వరకు వేచి ఉండాలి. అదే విధంగా క్షుద్బాధ లేని మనిషి ఆహారము తీసుకొనుటకు ఆకలి అయ్యేవరకు

వేచి ఉండాలి. ప్రతి ఒక్కరికి భక్తిని పొందాలన్న కోరిక ఉండాలి. శ్రద్ధ ఎంత తీవ్రముగా ఉంటే భక్తి అదే విధముగా ఉంటుంది. అదే విధముగా అగ్ని సెగ ఎంత తీవ్రముగా ఉంటే, నీళ్ళు అలాగే మరుగుతాయి. శ్రద్ధ సెగ వంటిది, విశ్వాసము మరిగే నీరు వంటిది. శాంతి మన మెదడులోని మంచుగడ్డ వంటిది. ప్రశాంతత మనకు పూర్తి సంతృప్తి ఇస్తుంది, మన మెదడుని మంచుగడ్డ వేడి వస్తువులను చల్లార్చినట్లు, చల్లబరుస్తుంది. శాంతి మొదట అంతర్గతముగా విస్తరించి బహిర్గతమవుతుంది. ప్రశాంతతను పొందినవానికి పూర్తి సంతృప్తి కలిగి, మనసు స్వచ్ఛత పొందుతుంది. ప్రశాంతతను పొందిన మనిషి కోరికలకు, వ్యామోహామునకు అతీతుడవుతాడు. మనశ్శాంతిని పొందుటకు మనకు ధర్మము, దయలాగా నయాపైన ఖర్చు కాదు. దానికి కావలసింది ప్రశాంతతను పొందాలనే తీవ్రేచ్ఛ, చురుకైన మనసు. ప్రశాంతతతో నిండిన మనిషి సమీపంలో ఉన్న వారందరికి శాంతి భావము అంటుకుంటుంది. శాంతి తరంగములు అయస్కాంతములాగా అన్ని వైపులా విస్తరించి అందరికీ శాంతమును చేకూరుస్తాయి. ప్రశాంతతతో నిండిన వ్యక్తి ఒక్కరైన చాలు. వెయ్యి మంది మనుషుల సమూహాములో ప్రవేశించిన సాధువుకు పులిని సమీపించిన వేటగానిలాంటి ప్రశాంతత ఉండాలి. లౌకిక మనుషులు జ్ఞానికి తమ దుఃఖములను చెప్పకుని వేధిస్తారు. లౌకిక విషయముల పట్ల అయిష్టత కలిగిన సాధువుకు జనం మధ్యలో తిరగాలంటే ఎంతో ఓపిక అవసరం. అతను

త్యజించిన వాటిని, అవివేకుల, అజ్ఞానుల లౌకిక సంభాషణల లాంటివి మరలా భరించాలి.

276. జాతరకు అన్ని రకాల వస్తువులు వస్తాయి. అదే విధముగా పలు మార్గములలో శాంతిని పొందే సాధన చేయాలి. వేల మంది మనుషుల నడుమ ఉన్నప్పుడు మన చిత్తశుద్ధి ధృడముగా ఉండాలి. మనము వేల మంది మధ్యలో ఉన్నామన్న తప్ప భావన కలిగినప్పడు మనలో ద్వైత ఆవిర్భావం జరుగుతుంది. భూమి సహాయం లేకుండా విమానం ఎలా కదులుతుందో అదే విధముగా శరీర చైతన్యం యొక్క సహాయం లేకుండా పని చేయుట నేర్చుకోవాలి. "నేను ఈ శరీరం కాదు" అనే ధృడ విశ్వాస కిరీటమును మనసులో బలముగా నాటాలి. ప్రయాణికుడు ఎండలో ప్రయాణం చేసి అలిసిపోయి, చెట్టు ఛాయలో విశ్రమించి తన అలసటను మరిచిపోతాడు. అదే విధముగా భగవంతుని అన్వేషణలో మనసు నిమగ్నమైనవారు తమ ఆందోళనలన్నిటిని మరిచిపోతారు. ఛాయలో ఎండ వేడిని మరిచిపోయినట్లు, భగవంతుని చింతనలో నిమగ్నులైనవారు 'నాది' అనేది మరిచిపోతారు. మనము గృహము లోపల ఉన్నప్పడు చత్రము అవసరం లేదు, బయటికి వెళితేనే దాని అవసరం ఉంటంది. అదే విధముగా భగవంతుడు అనే గొప్ప గృహములో ఉన్నప్పడు లౌఖిక సుఖముల అవసరం, చింత ఉండదు. మనిషి ఇంటి తలుపులు మూసివేస్తే ఇంటి లోపలి వస్తువులను మాత్రమే చూస్తాడు. అతను తలుపులు తీసి

బయటికి వెళితే, బయటి వస్తువులను చూస్తాడు. అదే విధంగా పంచేంద్రియముల తలుపులు ఎలా వేయాలో, ఎలా తీయాలో మనము నేర్చుకోవాలి. గిడ్డంగి తలుపులకు తాళం వేస్తే కొనుగోలు, విక్రయములు నిలిచిపోతాయి. ఇంద్రియముల తలుపులు మూసివేస్తే నేను, బాహ్య ప్రపంచం అన్న వ్యత్యాసం పూర్తిగా అంతరించిపోతుంది. ఇంద్రియముల పట్ల జాగ్రత్తగా ఉండాలి. అశ్వమును పగ్గములతో అదుపులో పెట్టినట్లు ఇంద్రియములను విచక్షణాశక్తి సహాయంతో నియంత్రణలో పెట్టాలి. గోడపైన మేకుపై ధ్యానము నిలిపినట్లు, ఇంద్రియములపై ధ్యానము ఉండాలి. బుద్ధిని శిరస్సు లోపల కేంద్రీకరించాలి. మన ధ్యాస సర్వదా కంఠం పైన ఉండాలి, కంఠం క్రింద కాదు.

277. బంగారమును నిరంతరముగా అగ్నిలో వేగించి మెరుగుపెట్టినట్లు, విచక్షణ యొక్క నిరంతర సాధనతో సూక్ష్మ జ్ఞానోదయమును పొందవలెను. మనలోనే ప్రపంచమును వీక్షించాలి. మన జ్ఞానము కేవలము మోక్షమునకు మార్గము. 'ధారణ' అనునది విషయమును స్పష్టముగా అవగాహన చేసుకొనుటయే కాని మరేదీ కాదు. అవగాహన స్పష్టత వలన మనము ఆత్మకు సన్నిహితము అయితాము. మనకు గ్రంథములతో అనుభవం రాదు. మొదట అనుభవం పొందిన తరువాత గ్రంథ రచన చేయాలి. విత్తనములో చెట్టు ఉంది కాని చెట్టులో విత్తనము లేదు. మనిషి ప్రపంచంలో లేడు, మనిషిలోనే ప్రపంచం ఉన్నది. ప్రపంచం

మనిషి స్వాధీనంలో ఉంటుంది. మనసులోని ఆలోచనలనే మనం బయటకు శబ్ద రూపంలో ఉచ్చరిస్తాము. మనిషి మనసు స్వచ్ఛముగా ఉండి హృదయమును కపటము, అవకాశవాదము నుండి స్వేచ్ఛగా ఉంచాలి. హృదయము సంపూర్ణ స్వచ్ఛతతో ఉండాలి. హృదయమేది ఆలోచిస్తే, జిహ్వమదే ఉచ్చరించాలి. ఏది ఆలోచిస్తే అదే మాట్లాడాలి. ఎవరిని మోసగించరాదు, ద్వేషించరాదు, ఇతరులతో కలువరాదు. మనసు ఎప్పడూ ఏక దృష్టితో ఉండాలి. మోసపూరిత హృదయము నడివేసవిలోని సూర్యునిలాంటిది. నక్షత్రం మేఘముల నుండి బయటకు వచ్చి అత్యంత వైభవముగా ప్రకాశిస్తుంది. కొద్ది క్షణములలో తిరిగి మేఘములతో కప్పబడుతుంది. మనిషి మనసు అలాంటిదే. కొద్దిసేపు స్వచ్ఛముగా ఉంటుంది, కాని అయిదు నిమిషములలో కోరికల భావావేశములకు లోనవుతుంది. అహంభావి అయిన మనసు ఆకాశము నుండి నక్షత్రం క్రిందకు పడినట్లు ఆత్మలో కరిగిపోతుంది. ఆకాశము సహజ దృష్టితో కనవడదు. దివ్యచక్షువులకే ఆకాశము గోచరమవుతుంది. విచక్షణతో విచక్షణానుభవం కలుగుతుంది. శబ్దంతో శబ్దం తెలుస్తుంది. మనసుతోనే మనసు యొక్క అవగాహన కలుగుతుంది.

278. జీవాత్మ పరమాత్మ ఒక్కరే. మనిషి శరీరంలో చేరిన పరమాత్మయే జీవాత్మ. పరమాత్మ సర్వోన్నతము. సంపూర్ణ అచేతనంలో ఉండే అత్యున్నత శక్తి పరమాత్మ. ఆత్మ యొక్క

గుణములకు పరమాత్మ కేవలము సాక్షియే. తాను పరమాత్మ కన్నా వేరు కాదు అని జీవుడు తెలుసుకుంటే అతను నిత్యాత్మ అవుతాడు. లేత మామిడి కాయ, చెట్టుతో కలిసి ఉన్నట్లు జీవాత్మ పరమాత్మలు ఐక్యం పొందుతాయి. సత్యము, చిత్తము, ఆనందము ఐక్యముగా ఉన్నప్పడు జీవాత్మ పరమాత్మల ఐక్యత సాధ్యం అవుతుంది. ఈ ఐక్యత సచ్చిదానందంలో మూడు గుణములు లీనమయినప్పడే సాధ్యం అవుతుంది. ఈ జీవాత్మ పరమాత్మల ఐక్యత కలయికయే యోగం అని ప్రసిద్ధి.

279. కుండలిని శక్తిని ప్రాణాయామము ద్వారా జాగృతం చేయాలి. కుండలిని జాగృతం చేసి మనిషి ముక్తిని పొందాలి. విశ్వాసం పగ్గము వంటిది. వాయువు పగ్గము. వాయు పగ్గమును ధృఢముగా పట్టుకోవాలి. విశ్వాసంను 'ధారణ' అనే పగ్గముతో కట్టివేయాలి. విశ్వాసం అంటే మరేదో కాదు, అది 'ధారణ'. మన ధ్యాసను అంతా ధారణపై ఏకాగ్రతం చేయాలి. ఏకాగ్రతను విశ్వాసంతో జత చేయాలి. విశ్వాసంను శరీరంలోని ప్రతి కణములో నింపాలి. అటువంటి మనుషులలో, మాయకు ప్రత్యేకమైన ఉనికి ఉండదు. మనసే మాయ. మనసు ఆలోచనలను, రూపములను, చిత్రములను సృష్టిస్తుంది. అన్ని రకముల సంబంధములను, సర్వసృష్టిని, కర్త, కార్య ఫలితము, వెలుతురు, విశ్వం, విశ్వజ్యోతి మరియు అత్యున్నత పరమజ్యోతి, ఈ భేదములన్నీ మన యొక్క అజ్ఞానం అనే మాయ సృష్టిస్తుంది. ఈ నిజం గ్రహించినప్పడు మాయ అంటే భయం ఉండదు. ఈ

ఆకారములన్నీ నా స్వంత ఆకారములేనని తెలుసుకొని వివేకవంతుడు ధ్యానం చేయాలి. మనసు ధ్యానంలో ధృడమై చేతన్య ఆకాశములో అత్యున్నత ఏకత్వం పొందితే, దానిని మోక్షం అంటారు. మోక్షమునకు దారి మనలోనే ఉంది, ఎంతో దూరం లేదు. కళ్ళకి, చెవులకి మధ్య ఎంత దూరం ఉందో, పాపమునకు, పుణ్యము, యోగ్యతకు మధ్య పెద్ద దూరం లేదు. ఇది బుద్ధికి, విశ్లేషణకి అతీతం కాదు. సుఖము, దుఃఖములనేవి బుద్ధిలో విలీనం చేసే వస్తువులు. బుద్ధి సహాయముతో మోక్షము పొందాలి. మనసు ఆత్మలో ఐక్యమై ఏకత్వము పొందితే అదే మోక్షం. జ్ఞానం అంతర్గతము. ప్రారంభంలో జ్ఞానం కలుగుతుంది తరువాత జ్ఞానమును కూడ ఉపేక్షిస్తాము. అప్పడు చెప్పడానికి, వినడానికి ఏమి ఉండదు. సర్వం బ్రహ్మమే, బ్రహ్మమే సర్వం. ఈ స్థితినే శూన్యం అంటారు. ప్రాణము వగ్గము వంటిది, ఉచ్ఛ్వాస నిశ్వాసములకు సరళముగా కదులుతుంది. ప్రాణము అవిభాజ్యము, దానికి సమయ బేధం లేదు. ప్రాణము స్థూలముతో జత కలసినప్పడు ఈ వ్యత్యాసం తెలుస్తుంది. జీవుడు పలు ప్రాపంచిక గుణములలో చిక్కుకుని తన నిజ ప్రకృతిని మరిచిపోయి, దిగువ శ్రేణిలో ఉన్నాడు. బుద్ధి సాయంతో అతను ఊర్ధ్వగతి పొందవచ్చు. ప్రాణశక్తిని విశ్వాసం అనే పగ్గముతో కట్టివేయాలి. ఊర్ధ్వ గతి ద్వారా ప్రాణశక్తి, మోక్షము లభిస్తుంది. ఇంద్రియ బంధముల నుండి స్వేఛ్ఛను పొందటమే మోక్షము. తరువాత ప్రశాంతత వస్తుంది. ప్రాణమా! ప్రశాంతత నివాసస్థానములో ప్రవేశించు. ఈ

ప్రపంచమును, అవతలి ప్రపంచమును ఆధీనం చేసుకో. ఇలా ఇహ, పరలోకములను ఆధీనం చేసుకొని ప్రశాంతత పొందినవారి ఆత్మలు సచ్చిదానందము పొందుతాయి. కర్మ ఫలితములతో వారికి సంబంధం లేదు. వారు శాశ్వతముగా దాస్యం నుండి విముక్తులవుతారు. వారు శాశ్వతముగా ఏక మనస్కులౌతారు. వారు జీవుని గుణములను జయించినవారు.

నేను శరీరమును అన్న భావన పూర్తిగా తొలగకపోతే, ముక్తి మనకు చాలా దూరములో ఉంటుంది. ద్వైత భావన నిర్మూలనం కాకపోతే యోగము లేదు, ముక్తి లేదు. ఒక భావనలో అందరూ యోగులే. ఇలాంటి యోగులలో ప్రతి ఒక్కరికి ఒక ప్రత్యేక ఉద్దేశం ఉంటుంది. ఒక పదార్థాం, ఆదిమ పదార్థంతో ఏకమైనప్పుడు, జీవితముల ద్వైతములు తొలగినదానిని ఏకత్వం లేదా ఐక్యత అందురు. ఇది సంభవించినప్పుడు మనం అన్నిటా ఏకత్వాన్నే వీక్షిస్తాము. అన్నిటితో ఏ బంధం లేనిది నిజమైన యోగము. ఏ యోగముతో మనిషి కోరికల నుండి స్వేచ్ఛను పొందుతాడో అదే మోక్షమునకు దారి. జీవుడు శివునితో చేరి, ఐక్యము చెందే వరకు సందేహము అంతరించదు.

ఒకరు చేసిన పని వేరొకరికి రుచించకపోతే అతనిని పిచ్చివానిగా భావిస్తాడు. ఎప్పుడైతే ఇద్దరికీ ఒకే పని పైన ఆసక్తి కలిగితే అప్పుడు వేరొకరిని పిచ్చివాడుగా భావించరు. ఇద్దరికీ ఒకే కార్యము చేయాలన్న ఆసక్తి సమానముగా ఉంటే ఆ

కార్యం చేయుట విచిత్రం కాదు. గాలిలో పెట్టిన దూది వంటిది మనసు. భగవంతునిపై భక్తి దూదిపై పోసిన నీరు వంటిది. మనసును నిర్మూలించుట కూడ అటువంటిదే. దూది వంటి మనసును జ్ఞానము, చిత్తము అనే నీటితో తడిపి కోరికల నుండి విముక్తిని కలిగించాలి. ఇదే మోక్షము. దూది వలనే మనిషి కూడ ముక్తిని పొందాలి. మనిషి పలు కార్యములలో నిమగ్నుడైనను ఆత్మపై ధ్యానం చేయాలి. ఇంద్రియ విషయములన్ని బాహ్యమైనవి, అంతర్గతము కావు. పలు కార్యములు మనము నిర్వహిస్తున్నా బుద్ధిని వాటి నుండి వేరు చేయుట సాధ్యము. వాహన చాలకుడు వాహనమును నడుపునపుడు చక్రం పైనుండి చేతులు తీసివేస్తే, వాహనము ఎటైన వెళ్తుంది, ప్రమాదకర పరిస్థితి ఏర్పడుతుంది. మనసు బుద్ధిలో ఉండాలి. మనసును సంచారం చేయకుండా ఆపాలి. మనసును స్థిరముగా అంతర్గత ధ్యానంలో ఉంచాలి. మనసును అంతర్మథన శక్తితో అభివృద్ధి చేయాలి. సూక్ష్మ బుద్ధిని వృద్ధి చేసి, శరీరంలోని ప్రతి కణములలో నింపి ఆకాశ చేతన్యంలో ప్రవేశించాలి. ఓ మనసా! ఎప్పడూ సంతృప్తిగా ఉండాలి. ఓ మనసా! కృత్రిమ రూపములకు మోసపోవద్దు.

280. నిశ్చల మనస్సు సులభంగా మాయలో పడదు. గారడీ వలన కలిగే భ్రాంతికి కారణం చంచలమైన మనసు. మనసు సమాధిలో ఐక్యం అయినవారు గారడీ వలన మోసపోరు. వారు నిర్భయస్తులు. అటువంటి వ్యక్తులలో మనసు

రాయిలాగ నిశ్చలంగా, శాశ్వతమైన ఆత్మలో ఆసీనం అవుతుంది. సిద్ధులు ప్రపంచమునకు భీతిల్లరు. వారికి భయం ఎందుకు? ఈ ప్రపంచంలో వారికి ఏమైన నెరవేరని లక్ష్యము ఉన్నదా? పులి, త్రాచు, అటువంటి వ్యక్తిని చూస్తే వాటి క్రౌర్యమును మరచిపోయి శాంతముగా ఉంటాయి. సిద్ధులు తమ చుట్టూ శాంతిని ప్రసరిస్తారు. చుట్టూ ఉన్న వాతావరణం ప్రశాంతంగా మరచి, శాంతిస్తాయి. వారి సమక్షములో అన్ని జంతువులు శాంతముగా ఉండిపోతాయి. అదే విధముగా శతృవులు తమ శత్రుత్వాన్ని మరచి, స్నేహముగా ఉంటారు. సాధువును చూచిన వెంటనే నిశ్చేష్టులౌతారు. దీనికి కారణం ఏమిటి? వారి సందేహ ప్రవృత్తి. సాధువు సమక్షంలో వారి సందేహములు అంతరించి, వారి ముందు సత్యం ప్రకాశిస్తుంది. మానవ జీవత ఉద్దేశ్యము, లక్ష్యము అయిన శాశ్వత సత్యం మన ముందు తన సహజ వైభవముతో వెలుగుతుంది. ఒక జ్ఞాని సమక్షములో మనసు తనంత తాను శుద్ధి చెంది, సత్వ గుణము యొక్క ప్రకృతిని తెలుసుకుంటాము.

281. అందరూ ముక్తిని ఒకే కాలములో పొందరు. అదే విధముగా ముక్తిని పొందాలన్న ఒకే తపన అందరిలో ఉండదు. కేవలము సమయ భేదము ఉంటుంది. ఆధ్యాత్మికంగా నిరంతర ప్రగతిని సాధించటానికే మనిషి జన్మిస్తాడు. కొన్ని జన్మల తదుపరి అందరూ భగవంతుని పొందగలరు. ఏ విధముగా అందరికీ ఒకే కాలములో ఆకలి కాదో, ఆకలి

తీవ్రత సమానముగా ఉండదో, అదే విధముగా అందరు ఒకే కాలములో ముక్తిని పొందరు, పొందాలన్న ఆసక్తి అందరికీ ఉండదు. మనుషులు భగవంతుని గురించి, ఈ భగవంతుడు వేరొకరి కన్నా అధికమని, భవగత్సాక్షాత్కారమునకు ఒక దారిలో సాధన సులభమని, సత్వర ఫలితమునిచ్చునని వ్యర్థముగా వాదములు చేసుకుంటారు. ఇవన్నీ నిష్ప్రయోజనము. మనిషి తనను తాను శుద్ధి చేసుకుని భగవంతుని పరమానందమును పొందాలి. మనం పంచదారని హిందుస్థానిలోని 'మీఠ' అని లేక కన్నడంలోలాగా 'సక్కరె' అని పిలిచినా ఫలితం ఏమి ఉండదు. ఏ పేరుతో పిలిచనా మన దగ్గర పంచదార ఉండుట ముఖ్యం. అన్ని బాషలలో పంచదార ఒక్కటే. అదే విధముగా భగవంతుని ఆనందం అందరికి సమానమే. పంచదారను పలు విధములుగా వాడుకున్నా, చివరికి చేరుకునేది ఒకే స్థానం, నోరు. అదే విధముగా మనము ఏ మార్గమును అనుసరించిన పొందేది, అంతటా విస్తరించిన ఆ ఒక్కడినే, భగవంతుడిని.

మనిషి వేల దేవుళ్లను విశ్వసించే బదులు ఒకే దేవునిపై విశ్వాసం ఉంచాలి. మనము అనేక దేవుళ్లను విశ్వసిస్తే, మనకు భగవంతుడిపై గల ప్రేమ, అభిమానం ఒక్కటేఅయినా అతని వివిధ రూపముల మధ్య పంచబడుతుంది. దాని వలన భగవంతుని యందు మనకు గల భక్తి శ్రద్ధలు ఉండవలసినంత స్వచ్ఛముగా, ఏకాగ్రతతో ఉండవు. మన

భక్తి శ్రద్ధలు ఒకే భగవంతుని వివిధ రూపముల మధ్య ముక్కలయి మనము పరమానందము పొందలేము. ఒక మనిషి ఆనందముగా ఉండాలంటే ఒకే భగవంతుని విశ్వసించాలి, ఇద్దరిని కాదు.

ఎక్కడి నుంచి ఆవిర్భవించాడో అక్కడికే తిరిగి వెళ్ళడం మనిషి యొక్క సర్వోచ్ఛమైన ధర్మం. మానవ జీవిత అంతిమ ఉద్దేశం ఎవరి నుండి ఆవిర్భవించాడో అతని వద్దకు తిరిగి వెళ్ళుట. ఈ ప్రపంచంలోనే ఉంటూ,కారణం దాని ప్రభావం తెలుసుకొని బాహ్యా పదార్థం పైన కార్యము నిర్వర్తించి, మనం మొదలు పెట్టిన స్థానం అయిన భగవంతుని చేరుకోవాలి. మనం భగవంతునికి దూరముగా ఉన్నామంటే మనకు కారణం, ఫలితం తెలియదు కాబట్టి. ఈ రహస్యం మనకు తెలిస్తే మనం భగవంతునికి సన్నిహితముగా ఉన్నట్లే. భగవంతుడు సృష్టికి మూల కారణం మరియు సృష్టి ఫలితం. ఈ సూక్ష్మ రహస్యమును తెలుసుకోవాలి. ఈ ప్రపంచంలోనే ఉన్నా, బాహ్యా పదార్థం పైన కార్యము నిర్వర్తించి, ఈ రహస్యమును తెలుసుకునే ప్రయత్నం సాధన ద్వారా చేయాలి. ఇదే మోక్షము. మోక్షము మనలను వెతుక్కుంటూ రాదు. మనమే మోక్షమును వెదికి అందులోకి ప్రవేశించాలి. మోక్షమంటే ఏమిటి? మనసు కార్యముల నుండి స్వేఛ్ఛగా ఉండి అంతర్గత స్థితి నుండి వేరుగా ఉండుట. భగవంతుడు కర్త కాదు, కార్య వస్తువు కాదు. భగవంతుడు సర్వోన్నత క్రియాశూన్యతలో ఉన్న సర్వోత్కృష్ట శక్తి. భగవంతుడు ఒక

సాక్షి మాత్రమే. మోక్షము అనేది భగవంతుని వలె మనిషి కూడా తాను అంతర్గత స్థితి నుండి వేరు అని భావించే స్థితి. మోక్షము వేరొక బాహ్య మార్గమున పొందలేరు. మోక్షము అంతర్ముఖులై పొందవచ్చును. మోక్షము మన ఆత్మకన్నా వేరు కాదు. మనము మోక్షము కొరకు కృషి చేయలేదు. కావున అది ఎంతో దూరం అనుకుంటాము. 'ఇక్కడ'. 'అక్కడ', కొన్ని స్థలములు తిరిగినంతనే మోక్షమును పొందలేము.

పుణ్యక్షేత్రములు, దేవాలయాలు తిరిగినంతనే మోక్షము లభించదు. మనలను మనలోపల చేరుకోవాలి. మనసు బుద్ధిలో ఐక్యం చేసి విచక్షణా మార్గం ద్వారా ముక్తిలో ప్రవేశించాలి. భగవంతుడు అవిభాజ్యుడైన ఒక్కడు. మనిషి తన సందేహముల వలన రూపములను చేసి వాటిని తన అజ్ఞానంతో దేవుడని పిలుస్తున్నాడు. ఈ సందేహములను విచక్షణముతో తొలగించాలి. అలా చేసి, మనిషి ఈ జన్మలోనే ముక్తిని పొంది జీవన్ముక్తుడు కావాలి. భక్తి అంటే ఒక వస్తువు పట్ల మనిషికి కలిగే ప్రేమ. ఆ వస్తువు చాలా గొప్పదని, తన విశ్వాసం వలన చాలా లాభం కలిగినదని మనిషి విశ్వసించాలి. ఆ విశ్వాసంను కొద్దిగా కూడా సడలించకుండా ఉంటే మోక్షమును పొందగలడు. భక్తి లేకుండా ఓ ఒక్క విషయం లేదు. అన్ని జంతువులకు భక్తి ఉంటుంది. నీరు అన్ని దిక్కుల ప్రవహించినట్లు, భక్తి కూడ పలు విధములుగా ఉంటుంది. నిష్కామ భక్తి అత్యున్నత శ్రేణికి

చెందినది. అన్ని జంతువులకు భక్తిపై హక్కు ఉన్నది. భక్తి సర్వత్రా సమానము. కుల, మత, భేదములకు అతీతముగా చండాలునికైనా, బ్రహ్మణునికైనా అందరికీ అందుబాటులో ఉండేది భక్తి. భక్తిని చిదాకాశములో పొందాలి. భక్తి అంతర్గతముగా ఉండి ఆత్మ సాక్షాత్కారమును పొందాలి. అక్కడ మనిషి నిష్కాముడై, నిశ్చింతగా ఉంటాడు. అదే శాశ్వత ముక్తి. మనము ముక్తి పొందుటకు మనలోని సూక్ష్మశక్తి అయిన కుండలిని శక్తిని శిరస్సులోని సహస్రారమునకు మన శరీరములోని సుషుమ్నానాడి ద్వారా మార్గదర్శనం చేయాలి.

282. బుద్ధి మార్గంతో కుండలిని యొుక్క సూక్ష్మ శక్తిని అవగాహనతో చేర్చుకుని విచక్షణ, శ్రద్ధలతో ప్రాణశక్తిని సుషుమ్నానాడిలో, పాలు మరిగించినట్లు వేడి చేసి శిరస్సులోని సహస్రారం వైపు నడిపించాలి. కుండలిని శరీరములోన్ని వివిధ చక్రాలను దాటితే మన శరీర గుణములో మార్పు వస్తుంది. ఒక్క గుణంలో మార్పు వస్తే ఒక్క జన్మలో మార్పుతో సమానం. ప్రాణశక్తి ఊర్ధ్వగతిలో మార్గ దర్శనం చేసినప్పడు మనశ్శాంతి మరియు క్షమాగుణం సాధించుకొని, అయిదు చక్రములను, అయిదు గృహములైన పంచభూతములను దాటి ఆరవ చక్రం చేరుకోవాలి. ఆరు గుణములను జయించిన తరువాత సచ్చిదానందంలో ప్రవేశించాలి. ఆజ్ఞ చక్రాన్ని జ్ఞానోదయంతో ప్రకాశింపచేసి అంతర్గత ఆకాశమును, అంతర్గత అగ్ని

మండలమును సాధించాలి. భూత, వర్తమాన, భవిష్యత్ కాలములో బిందు స్థానములో శివుడు, శక్తి ఐక్యముగా ఉండాలి. బిందులో జ్ఞానాగ్ని ఉంటుంది. బిందు పైన ధ్యానం చేసి, ప్రాణలింగంలో ప్రవేశించాలి. ప్రాణశక్తి శివునితో ఐక్యం కావాలి. యంత్రము, మంత్రమును జయించాలి. ఆత్మ అంతర్గత ఆకాశ మార్గం ద్వారా చైతన్య ఆకాశ కేంద్ర బిందువులో ప్రవేశించి ఉదయించే ఆత్మలో ఐక్యం కావాలి. కర్మ స్వభావములను త్యజించి, జీవుడు స్వచ్ఛమైన ఆకాశ మార్గమున పరమాత్మలో ఐక్యం కావాలి. జీవుడు తన వాస్తవ నివాస స్థలమైన సుషుమ్న శిఖరం పైన స్థానం స్థిరం చేసుకోవాలి. నాది, నీది అన్న భావములు అంతరించాలి. జీవుని గుణములన్నీ ఏకీకృతమై, మనిషి భగవత్సాక్షాత్కారం కలిగిన నిర్భయుడైన సిద్ధుడు కావాలి. ఆత్మ మార్గం తెలుసుకున్న మనసా! ఆధ్యాత్మిక జ్ఞానమును అందరికీ పంచాలి. ఆత్మ మార్గం తెలుసుకున్న మనసా! జనన మరణాలను జయించు. ఓ మనసా! జనన మరణముల నుండి స్వేచ్ఛను పొందు. శాశ్వత శాంతిని ఆస్వాదించు! బుద్ధికి జ్ఞానోదయం కలిగి ప్రకాశవంతం అయినప్పుడు ప్రతి మనిషి తన లోపములను, యోగ్యతలను తెలుసుకుంటాడు. అద్దంలో ప్రతిబింబం వలె మనసులోని అనేక వాంఛలు బుద్ధికి గోచరమౌతాయి. తేటగా ఉన్న నీటిలో ఆకాశము యొక్క ప్రతిబింబము కనిపించినను అది భిన్నము అయినట్లు, స్థూలము, సూక్ష్మము కూడ భిన్నముగా

కనపడతాయి. ఆత్మ సాక్షాత్కారం కలిగినవారికి ఈ అనుభవములు కలుగుతాయి. మనిషి అంతర్గత స్థితి నీటిలో మునిగిన వస్తువు వంటిది. అన్ని రూపములలో ఒక్కటే కనపడుతుంది. జ్ఞానపు నీటిలో మునిగిపోవాలి. మనసులోని వ్యామోహములు, కోరికలన్నీ ఆత్మగంగలో కడిగివేయాలి. ఈ విధముగా ఆనందమును పొందాలి. ముక్తిలో ప్రవేశించాలి. ఓ మనసా! కూర్చున్న, నిల్చున్న, పడుకున్న, నిద్రిస్తున్న, నడుస్తున్న, ముక్తి మార్గంలో ఉండి అందులో ప్రవేశించు. ముక్తిని పొందటానికి ప్రత్యేక సమయము సూచించబడలేదు. మనం ఇతరుల సమక్షంలో నడుస్తున్నా, మనసు చైతన్యఆకాశంలోనే ఉండాలి. మనసు శ్రద్ధతో కలిసి ముక్తి అనే అమృతమును సేవించాలి. భక్తి, ముక్తి, ఒక్కటేనని తెలుసుకొని, ఓంకారంతో ఐక్యం కావాలి. పది ఇంద్రియములను రెక్కలు తెగిన పక్షుల లాగా బానిసలను చేయాలి. పదిదిక్కులలో తిరుగుతున్న ప్రాణశక్తిని ఒకే మార్గములో నడిపించాలి. ఇది అంతర్గతముగా జరగాలి.

ప్రాణశక్తి చిదాకాశంలో ప్రవేశించాలి. అంతర్గత శాంతిని పొందాలి. సమదృష్టితో ముక్తిని పొందాలి. ముక్తిని పొందిన వారు విశ్వమంతా దాస్య విముక్తి పొందినట్లుగా చూడాలి. శరీరమే యంత్రము వంటిది. జ్ఞానము ఆవిరి వంటిది, విచక్షణ చలనం వంటిది. శ్రద్ధ రైలు పట్టాల వంటిది. ఇది తెలుసుకొని, రైలు బండిని నడిపించాలి. వాహన చాలకుడు బుద్ధి వంటివాడు, బాన జీర్ణ కోశం వంటిది, నాడులు మేకుల

వంటివి. ఇవి తెలుసుకుని బుద్ధి యొక్క సూక్ష్మ సత్యప్రమాణములో ఆత్మ ప్రవేశించాలి, శాంతిని పొందాలి. రైలుబండి పట్టాల పైన నడిచినట్లు, విచక్షణ సూక్ష్మబుద్ధి మార్గములో ప్రయాణించాలి.

283. శరీరమునకు, ఆత్మకు సన్నిహిత సంబంధం ఉన్నట్లు మనకు ప్రారంభంలో తోస్తుంది. ధ్యానము యొక్క ఉచ్ఛ స్థితిలో అవి రెండు భిన్నమైనవి అన్న అనుభూతి కలుగుతుంది. రైలు పట్టాలు స్థూలమార్గము, అదే విధముగా మానవ శరీరము ఆత్మకు స్థూల మార్గము. పట్టాల పైన రైలు బండి ప్రయాణం ఆవిరి యొక్క సూక్ష్మ శక్తి వలన సాధ్యమవుతుంది. అదే విధముగా మన శరీరములో కుండలిని ప్రయాణమునకు ప్రాణశక్తి యొక్క సూక్ష్మశక్తి కారణం. శరీరమునకు ఆత్మకు, సన్నిహితమైన సంబంధం ఉన్నదన్న భావమును త్యజించి శాశ్వతమైన శాంతిని పొందాలి. ఈ విశ్వాసమును మన సూక్ష్మ జ్ఞానంతో పూర్తిగా తొలగించాలి. రైలు పెట్టెలు సన్నిహితంగా కలిసి ఉన్నట్లు జీవుడు శివునిలో ఐక్యం కావాలి. శరీరములోని గుణములను సమదృష్టితో, అందరిలో ఏకత్వమును చూస్తూ శరీర గుణములను కోసివేయాలి. జీవుని శాశ్వత నివాసమైన ముక్తిని పొందాలి.

284. ధ్యానము, మనను మరియు విశ్వాసం ఒకటిగా ఐక్యమవ్వాలి. భృకుటి మధ్యలో జ్యోతి యొక్క సూక్ష్మ బిందువును ప్రజ్వలింపచేసి ఐక్యతను ఏర్పరచాలి. సూక్ష్మ బుద్ధి మార్గమును అనుసరిస్తూ ఓంకారములో స్వచ్ఛమైన

చిత్తమును ధృడముగా స్థాపించాలి. మనసు ధారణ, సమాధిలో ధృడముగా స్థాపింపబడి నిలకడగా ఉండాలి. మనసు ఏక దృష్టితో ఉండాలి. ఆకాశములో చిత్తమును నిలుపుటకు సమాధియే ఒక సాధనము. ఓ జీవుడా! నీ ఆకాశంలోకి ప్రవేశించు. ఆకాశములో ప్రవేశించిన జీవునకు ఈ ప్రపంచంలో ప్రత్యేకమైన ఉనికి లేదు. ఓ మనసా! శరీర భావన నుండి స్వేచ్ఛగా ఉండుము. సాధన లేకుండా చిత్తమును ధృడపరచుట కష్ట సాధ్యము. సమాధిలో శాశ్వతముగా ఐక్యమైన వారికి శరీరము యొక్క ఉనికి తెలియదు. అలాంటి వారికి మామిడి గింజలోని పై పొట్టు వేరయినట్లు స్థూలము, సూక్ష్మములు భిన్నములు. ఎల్లప్పడు నేను శరీరం కాదు అని తలిచేవారికి, వేరే సమాధి ఉండదు. వారు శాశ్వత సమాధిని, సంపూర్ణ సమాధి, శివనాథ సమాధి, మనసు నిర్మూలమయిన 'మనోలయ' సమాధిని ఆస్వాదిస్తారు. జ్ఞానమనే పంచదారలో మునిగిన వారికి పంచదార వేరే వస్తువుగా ఉండదు. ఇటువంటి మనుషులు బాహ్యా చేష్టలను, బాహ్యా ప్రపంచమును పూర్తిగా ఉపేక్షిస్తారు.

285. ఓంకారము సర్వత్రా విస్తరించినది. ఓంకారము ఏరు లాంటిది. ఓంకారము తటాకము లోని నీటివలె అన్ని దిక్కులలో విస్తరిస్తుంది. ఓంకారము మనకు లోపల, బయట జ్ఞానకారణ రూపంలో విస్తరించి ఉంటుంది. విశ్వంలోని సృష్టి, స్థితి, లయములకు కారణం ఓంకారమే. ఓంకారము నిశ్చలముగా పరిపూర్ణమైన విశ్రాంతిలో

ఉంటుంది. అత్యున్నతమైన భగవంతునితో ఐక్యత పొందిన జ్ఞానికి సర్వం ఓంకారమే. అతనికి సృష్టి కారణం ఓంకారమే. ఓంలోనే సృష్టి అంతా ఐక్యమయింది. అలాంటి జ్ఞానికి సృష్టి, ఆది, అంత్యం, స్థితి, ఉద్దేశం అన్నీ ఓంకారమే. అతనికి నిశ్చలమైన ఓంకారము జ్ఞాన కారణములో ఐక్యమవుతుంది. జ్ఞానకారణం ఓంకారములో ఐక్యమౌతుంది. ఓంకారం జ్ఞానకారణముతో ఏకమవుతుంది. ఓంకారము ప్రపంచంతో ఏకమవుతుంది. ప్రపంచము మరియు ఓంకారం ఆకాశంలో ఏకమవుతాయి. ఆకాశము జ్ఞాన కారణముతో ఏకమవుతుంది. జ్ఞాన కారణము ఆకాశములో ఏకమవుతుంది. జ్ఞాన కారణం మరియు ఆకాశము ఓంకారములో ఏకమవుతాయి. అశ్వరము మరియు జ్ఞానము, జ్ఞాన కారణముతో ఏకమవుతాయి. జ్ఞాన కారణం, ఆత్మ ఏకమవుతుంది. ఆత్మ జ్ఞాన కారణముతో ఏకమవుతుంది. ఆకృతి, విచక్షణ, బుద్ధి మార్గములో ఆత్మతో ఏకమవుతాయి. కర్త, క్రియా ఫలితం ఆత్మలో ఏకమవుతాయి. జ్ఞానము, అజ్ఞానము, బుద్ధి మార్గంలో ఆత్మతో ఏకమవుతాయి.

జ్ఞానులు సర్వత్రా, సర్వదా ఆత్మనే దర్శిస్తారు. జ్ఞానులకు ఈ విశ్వములో ఆత్మ తప్పించి వేరొకటి లేదు. ఆత్మ విశ్వమంతా విస్తరిస్తుంది. జ్ఞానులకు ఆత్మయే సర్వం. శాంతి ఆకాశము వలె స్వచ్ఛముగా ఉంటుంది. శాంతి స్వచ్ఛతతో కాని, మాలిన్యములతో కాని ప్రభావితం కాదు. అది గుణాతీతం. శాంతి శాశ్వతము, నిరాకారము, నిర్వికారము. శాంతములో

ఆకారము మరియు పరివర్తనము బుద్ధితో ఏకమవుతాయి. శాంతి అన్ని దిక్కులలో, అంతటా సమానముగా విస్తరిస్తుంది. దానికి ఏ ఉద్దేశము లేదు. ఏ ఉద్దేశముతోను శాంతిని చేర్చవద్దు. శాంతిని శాంతి నిమిత్తమే పొందవలెను. శాంతిని ప్రత్యేకముగా నిలబెట్టాలి. శాంతి అత్యున్నత స్థితి. శాంతి సాధన కోసం ఏదైనా చేయాలి. శాంతి యొక్క అంతిమ ఫలితం శాంతి. ఈ ప్రపంచమునకు, ఆవల ప్రపంచమునకు విడిగా ప్రత్యేక స్థానములో శాంతి నిలుస్తుంది. శాంతిపై సుఖ దుఃఖముల ప్రభావం ఉండదు. శాంతి ప్రపంచములోని ద్వైతమునకు అతీతం. మనలోని ద్వైత భావము అంతరించిపోతేనే శాంతిని పొందగలము. ఆత్మ అందరిలో సమానము అని బుద్ధికి కలిగిన జ్ఞానము శాంతి. ఆ శాంతి యధార్థమైన శాంతి. ఈ శాంతి మనకు ఇప్పుడు, ఇక్కడ, ఇక మీదట ఆనందమును కలిగిస్తుంది. ఇదియే వేదముల యొక్క అంతిమ వాక్కు. శాంతి, శాంతి, శాంతి. ఇదియే మునుల స్వభావం. ఇదే మానవ జన్మ ఉద్దేశం, ఫలితం. ఇదే ముక్తి, మానవ జన్మ ఉద్దేశ ఫలితం. ఇదే సత్యం. అత్యున్నత స్థితి. ఇదే సర్వం. ఇదే నిష్కామ భక్తి. నిష్కామ భక్తియే నిష్కామం. నిష్కామమే నిశ్చింత. మనకు జీవితంలో నెరవేరాల్సిన కోరికలున్నందువలన చింతలు కలుగుతాయి. ఏ కోరిక లేకపోతే జీవితంలో ఏది నెరవేర్చాల్సిన అవసరం లేదు, కావున నిష్కాములైన మనుషులు పరిపూర్ణమైన శాంతిని పొందుతారు. ఆత్మ యొక్క వాస్తవ జ్ఞానం నిశ్చింత. ఆత్మ జ్ఞానం వలన సచ్చితానందం లభిస్తుంది. ఓ మనసా!

ఇది, అది అనే వాంఛలను త్యజించి శాశ్వతముగా ఆత్మకు సేవ చేయాలి. సంతోషముగా అంతర్గతముగా ఆత్మతో ఆడుకోవాలి. ప్రపంచము వెనుక పరిగెత్తవద్దు. సత్యమును జీవునిలో నిలబెట్టాలి. ఓ మనసా! బుద్ధి యొక్క శక్తిని ఉపయోగించి వీటితో శాశ్వతముగా ఆడుకో. చిత్తము సత్యమును పొందిన తరువాత రెండు ఏకమై ఆనందమును పొందాలి. పగలు, రాత్రి అని లేకుండా బుద్ధి ఎల్లప్పడూ జ్ఞానోదయం కలిగి ఉండాలి. ఓ మనసా! బాహ్య ప్రపంచమును అనుసరించకు. విశ్వమంతా ప్రకాశిస్తూ విస్తరించిన ఆత్మను దర్శించాలి. సర్వత్రా ఏకత్వాన్ని దర్శించు. చేతన్యం, నిద్ర, స్వప్నము, ఆత్మ అనే ఏకత్వంలో ఐక్యం కావాలి. ఆత్మలో ఐక్యం పొంది, మనో శాంతిని స్థిరం చేసుకోవాలి. విశ్వం మహా శాంతిని తెలుసుకొని ఎప్పడూ మహాశాంతి వైభవమును గానం చేయాలి. బుద్ధి ద్వారా మనసు సత్యమును అర్థం చేసుకోవాలి.

సత్యం బోధించాల్సిన మతం కాదు. మనలోనే, మన స్వీయ ప్రయత్నము వలన సత్యమును పొందాలి, కావున అంతర్గతముగా సత్యమును గురించి ఆలోచించాలి. మన లోపల సత్యాన్వేషణ చేయాలి. సత్యము బాహ్యముగా ఉండదు. ఈ సత్యమే ఓంకారంలా వర్ధిల్లాలి. జ్ఞాపక శక్తిని బుద్ధికి త్యాగం చేయాలి. సత్యం ఒక్కటే మిగలాలి. మనసు పరిపూర్ణముగా నిశ్చలము కావాలి. ఈ సత్యం చిదాకాశంలో పొందాలి. ఆకాశ చేతన్యంలో ఏకమై విశ్వమును సమదృష్టితో

దర్శించాలి. ఇది ఆధ్యాత్మికంలో అత్యున్నత స్థితి. దీనిని పొంది, నేను, నాది అన్న భావము అంతరింపచేయాలి. ఈ పరమ సత్యాన్ని సమదృష్టితో దర్శించాలి. సత్యము కన్నా వేరే అస్థిత్వం లేదు. ఇది ఎప్పటికీ తెలుసుకోవాలి. దీనినే సచ్చితానందం అని అంటారు. సృష్టికి, ఆది, అంతములో ఉన్నది సత్యమే. బాహ్యాంతరములలో సర్వత్రా సత్యమే. ఏకత్వ భావమే సత్యము. దీనినే శాశ్వతముగా బుద్ధి గుర్తించుకోవాలి. ద్వైత భావన అంటే సందేహము. విశ్వము, మానవుని యొక్క సృష్టికర్త ఒక్కడే, కావున పదే పదే హృదయంపై ధ్యానం చేసి ఏకత్వ భావనను పొందాలి.

సత్యము అత్యున్నత సాధకం. మన శ్రమ ఫలితం సత్వము. సత్యము పంచదార వంటిది. నిర్వికల్పమనే చెట్టు యొక్క ఫలములోని రసమే పంచదార. అంటే ఆధ్యాత్మికంలో నిర్వికల్ప సమాధిని సాధించి సత్యమును పొందవచ్చు. నిర్వికల్ప సమాధి అంటే మన శరీరంలోని కోరికలన్నీ ఆఖరి అణువు వరకు అంతరించే స్థితి. దీని కన్నా ఉన్నతమైన స్థితి లేదు. మనఃపూర్వక సమ్మతియే జ్ఞానరసము. జ్ఞానరసమే యోగరసము. జ్ఞానము యోగము ద్వారా పొందవచ్చును. రాజయోగమైన, భక్తియోగమైన, ఏదైన కోరవచ్చును. యోగ రసము శరీరంలోని ప్రతి గుణములో పరివర్తనం తెస్తుంది. ప్రాణశక్తిని ఊర్ధ్వ గతిలో మార్గ దర్శనం చేస్తుంది. మనిషిలోని దుష్ట శక్తిని, దెయ్యాన్ని నిర్మూలిస్తుంది. దైవత్వమును ప్రేరేపిస్తుంది. ఓ మనసా! ఊర్ధ్వగతిలో శరీరములోని అన్ని

గుణములలో విస్తరించు. శివుని గంగలో స్నానం చేసి అన్ని సందేహములను విదులించు. శివుడిని ఇక్కడ గంగతో పోల్చుతున్నాము. మనము గంగలో స్నానం చేసి మలినముల నుండి శరీరమును ఎలా శుభ్ర పరుస్తామో అదే విధముగా శివుని యొక్క గంగలో స్నానం చేసి సందేహములను వదిలించుకోవాలి. శివుడు, జీవుడు ఓంకారములో ఐక్యం కావాలి. జీవుడు ఓంకారంలో శివుని పొందాలి. ఓ మనసా! ప్రపంచంలోని స్వరూపములను, గుణములను మూడవ కన్నుతో దర్శించు. ఓ మనసా! ప్రపంచంలోని వస్తువులను భగవంతునిలోని భాగము, అంశము అని వీక్షించాలి. ఓ మనసా! భగవంతుని అతని సృష్టిలోనే దర్శించు. మనసులోని సందేహములను భస్మీపటలం చేయాలి. కామ, క్రోధ, లోభ, మోహ, మధ, మాత్సర్యములను ఆరు శరీర శత్రువులను కాల్చి భస్మం చేయాలి. శరీరమునకు భస్మం పూసుకోవాలి. నీ పాదముల వద్ద సంపూర్ణ పరిత్యాగము ఉండాలి. ఈ విధముగా దైవిక కన్నుతో శివుడిలో ప్రవేశించాలి. శివునిలో ఐక్యం అయి, నీకు శివునికి మధ్య భేదములను పంచేంద్రియాల యొక్క పంచాగ్నులలో బలి ఇవ్వాలి. అన్ని సందేహములను హృదయ పూర్వకముగా ఈ అగ్నులలో బలి ఇవ్వాలి. ఓ జీవుడా! నీలోని సత్వ, రజో, తమో గుణములను త్యజించి, తపము ఆచరించు. నిర్వికల్పముగా ఉండి, ముక్తి యొక్క అమృతంను ప్రతిక్షణం సేవించు. ముక్తి యొక్క అమృతంను నిస్సందేహముగా సేవించు. నువ్వు సత్యాన్ని పొందినప్పడు మరణ భయం ఉండదు. ఒక్క క్షణం

కూడా తన ఉనికిని కోల్పోకుండా శాశ్వత అస్థిత్వం కలిగినది సత్యము. భగవంతుడొక్కడే సత్యం, వేరేది అంతా అసత్యము. అతనిని పొందిన తరువాత, మనిషి జనన మరణముల చక్రమునకు అతీతడవుతాడు. సత్యమును పొందిన తరువాత నేను, నాది అనునవి మరణించినట్లుగా అంతర్ధానం అవుతాయి. మరణ భయం పూర్తిగా, శాశ్వతముగా తొలిగిపోతుంది. నేను, నాది అనే భావం మరణ భయం తప్ప వేరొకటి కాదు. ఈ భావములు ఉన్నంత వరకు మనిషి ద్వైతమునకు అతీతుడు కాలేడు. ఇందువల్ల మరణమునకు రూఢిగా అతీతుడు కాలేడు. ఇలాంటి భయములు భగవత్సాక్షాత్కారమునకు ప్రతిబంధకములు. సత్యమును పొందినప్పడు ఏ విధముగా బాహ్య ప్రపంచమును మరిచి నిద్రిస్తామో అదే విధముగా మరణము ఒక బాహ్యస్థితిలా మిగులుతుంది. మనిషిలోని జీవము ఆత్మకు నాశనం లేదని, మరణం తరువాత కలిగే మార్పు శరీరమునకేనని తెలుసుకుంటుంది. ఆత్మ ఎప్పటికీ సమానమే. శరీరము పట్ల ఉదాసీనంగా ఉండే స్థితియే అంతర్గత జీవితం. ఇంద్రియములు అంతర్గతమవుతాయి. నేను, నాది అనునది ఆఖరి అణువు వరకు అంతరించి, ఆ మనిషి, సర్వోత్కృష్టములో ఐక్యమవుతాడు. జీవుడు నిద్ర నుండి మేల్కొని, బాహ్య ప్రపంచమును ఎరిగి మనిషి నిద్ర యొక్క ప్రకృతిని తెలుసుకుంటాడు. జ్ఞానము యొక్క స్థితి కూడా అలాంటిదే. సర్వోత్కృష్టములో ఐక్యం పొందినవారికి స్వయంగా తమతో సహా సర్వం అపరిచితమే. ఈ స్థితి

లోతును తెలుసుకొనుటకు ఉప్పు యొక్క ప్రతిబింబం సముద్రములో దూకిన స్థితి వంటిది. ప్రతిబింబం సముద్ర నీటితో కలిసినప్పడు ఉప్పు యొక్క ప్రతిబింబం, నీరు ఏకమవుతాయి. ప్రతిబింబం తన ప్రత్యేక గుర్తింపును సముద్రపు నీటిలో కోల్పోతుంది. అదే విధముగా జీవుడు శివుని పొందినపుడు శివునిలో ఐక్యమై, తన ప్రత్యేక గుర్తింపును, ఉనికిని మరచిపోతాడు.

జనన మరణములకు కారణం వాసనలు. వాసనల వలన ఛాయ యదార్థముగా కనపడుతుంది. మనిషి నిష్కాముడు అయితే అతనికి సర్వం అవాస్తిక విషయంగా, దృశ్య రూపంలా దర్శనమవుతుంది. నిర్వికల్పం ఆధ్యాత్మికంలో పొందవలసిన స్థితి. కోరికలు మనిషి ఆధీనంలో ఉంటాయి. ఎవరైతే విచక్షణ ద్వారా కోరికలను నియంత్రిస్తారో వారికి జనన మరణముల భయం ఉండదు. మనను కోరికలతో బంధింపబడినందువలన మనము ప్రపంచంలోని వ్యతిరేక జంటల స్వాధీనంలో ఉంటాము. కోరికలను అధిగమనించినప్పడు సంతోషం, ఆందోళన మనలను బాధించవు. అప్పడు మనకు కోరికలను తీర్చుకొనుటకు బాహ్య సహాయం అవసరం లేదు. మనిషి అలవాట్లకు ఉదాసీనుడై ఉండాలి. దానిని సాధించాలంటే మనిషికి ధృఢ సంకల్పం ఉండాలి. హీన జ్మనను మనిషి పొందుటకు కారణం కొన్ని అలవాట్లకు బానిస కావటమే. మనిషి మనిషిగా ఉండాలంటే అన్ని అలవాట్లను తన స్వాధీనంలో

ఉంచుకోవాలి. మన భావము, ఎన్నిక పైన ఆధారపడిన కార్యము అస్థిరము. విచక్షణా శక్తితో నిర్వహించిన కార్యము శరీరము ఉన్నంతవరకు ఉంటుంది. సంకల్పం, బుద్ధి కన్నా తక్కువ స్థానంలో ఉంటుంది. సంకల్పం చిటికిన వేలు వంటిది, బుద్ధి మధ్యవేలు వంటిది. చిటికిన వేలు, మధ్య వేలు కన్నా చిన్నది. అదే విధముగా సంకల్పం, బుద్ధి కన్నా తక్కువ. వాసన అనునది ఏదైన వస్తువు పైన అధిక ప్రేమ ఉండుట తప్ప వేరొకటి కాదు. ఈ వాసనయే జన్మ కారకం. శరీరమునకు సంబంధించిన వాసనలు నీటిలోని బుడగలు కనపడి, అంతరించిపోయినట్లు అప్పడప్పడు వస్తూ పోతూ ఉంటాయి. అవి స్థిరంగా ఉండవు. ఆత్మకు సంబంధించిన వాసనలు శరీర సంబంధములైన వాసనముల వలె కాకుండా స్థిరముగా ఉంటాయి. శరీరం ప్రకృతి స్వాధీనంలో ఉంటుంది, ఆత్మ ఉండదు. వాసనల వలన మనము మరల జన్మిస్తాము. వాసనలకు ప్రత్యేక స్వరూపం ఉంటుంది. ఆ రూపం అంతర్గతంగా ప్రతిఫలిస్తుంది. అది ఒక ప్రత్యేక కుటుంబంలో శరీర రూపములో ప్రత్యక్షమౌతుంది. ఈ వాసనలు ఉన్న మనిషి ఏ కార్యములో నిమగ్నుడైన, అతని శరీరమే కార్యనిర్వహణ చేస్తుంది. అతని వాసనలు విడిగా నిలుస్తాయి. ఆ వాసన ప్రకారముగా ఒక శరీరం ఏర్పడుతుంది. వాసనలను తృప్తి పరచుట శరీరమునకు అసాధ్యం. ఒక వాసన తృప్తి చెందితే దాని స్థానములో అనంతమైన వాసనలు మొలకెత్తుతాయి. దాని పర్యవసానంగా

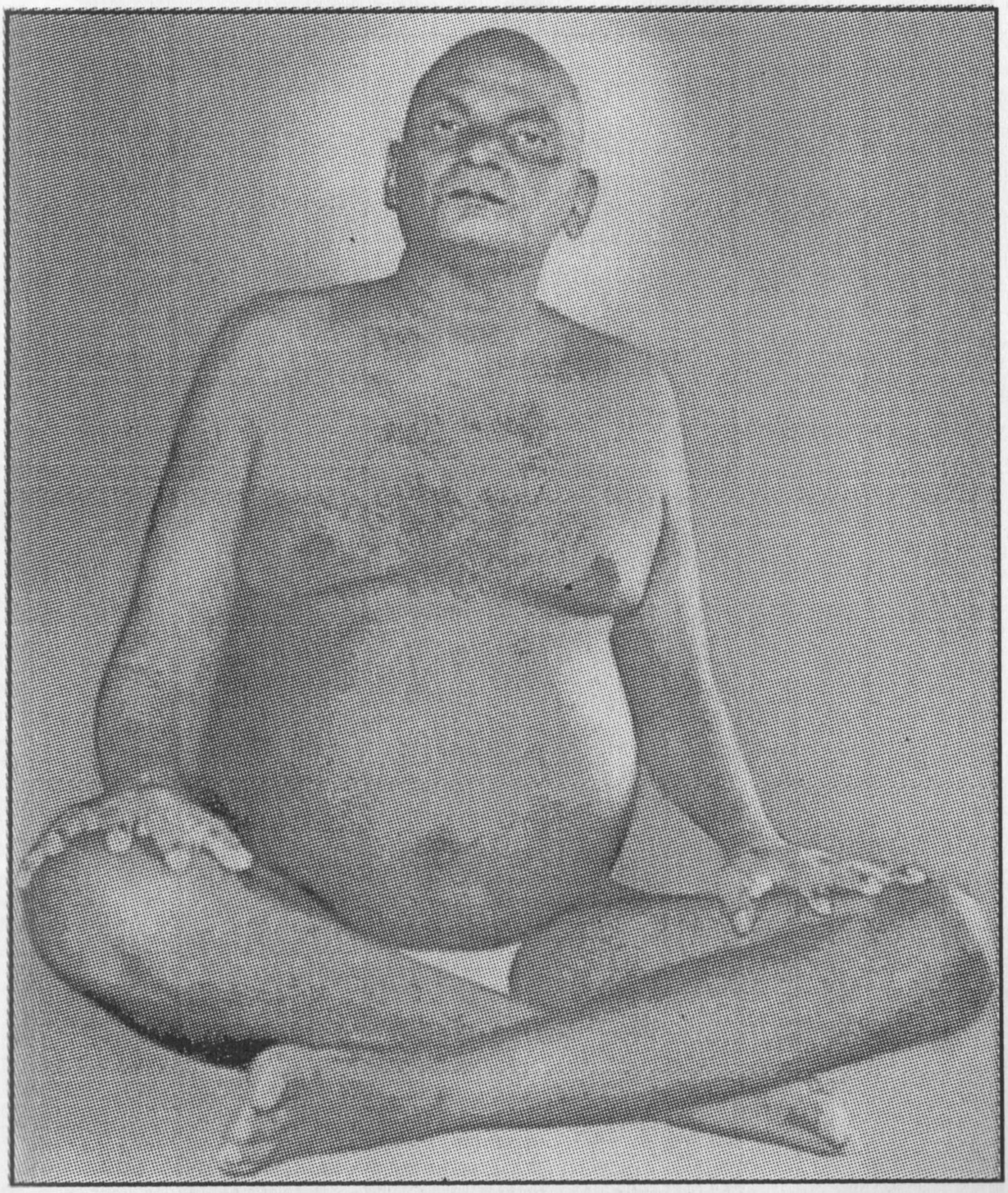
శరీరం వాటిని తృప్తి పరచటానికి అనంత సంఖ్య వరకు ఉండాలి. అది శరీరమునకు సాధ్యం కాదు. మానవుని అవగాహనకు అతీతంగా ఉండే విశ్వ ధర్మం ప్రకారం శరీరం నిర్దిష్ట కాలము వరకే పృధ్విపై ఉంటుంది, కావున శరీరమునకు అన్ని వాసనలు తృప్తిపరచడం అసాధ్యం. అందువలన జ్ఞానులు ఈ వాసనలను ధ్వంసం చేసి దాస్యం నుంచి స్వేచ్ఛను పొందమంటారు. శరీరము అన్ని వాసనలను నెరవేర్చలేదు, కావున అది నెరవేరడానికి ఇంకొక జన్మను స్వీకరిస్తుంది. ప్రాణము మరణము తరువాత అనేక వాసనలను నెరవేర్చడానికి కొత్త శరీరమును పొందుతుంది. ఈ క్రొత్త జన్మ వాసన స్వరూపముతో సమానముగా ఉంటుంది. మనిషి నడుస్తున్నప్పుడు ఒకేసారి రెండు కాళ్లను పైకి ఎత్తలేడు. కాళ్లని మార్చి మార్చి ఒకదాని తరువాత వేరొకటి పైకెత్తి నడవాలి. అదే విధముగా ఒకే శరీరంలోని వివిధ వాసనలను సంతృప్తి పరచలేము. వివిధ వాసనలను తృప్తి పరచటానికి మనము భిన్న శరీరములను దాల్చాలి. మనం నడవటానికి ఏ విధంగా కాళ్ళు మార్చి మార్చి ఎత్తాలో, అదే విధముగా అనేక రకముల వాసనలను నెరవేర్చటానికి అనేక జన్మలు తీసుకోవాలి. మనం నడుస్తున్నప్పుడు కుడి పాదము ఎడమ పాదమును వేగముగా క్రమములో అనుసరించినట్లు, మన పూర్వ జన్మ వాసనలు మనలను అనుసరిస్తాయి.

286. నిష్కామ భక్తి ప్రాపంచిక ఆనందమును ఆస్వాదించుట నిమిత్తము కాదు. నిష్కామ భక్తి అయిన పరభక్తికి ప్రకృతితో

సంబంధం లేదు. ప్రకృతి ధర్మాలకు అది అతీతం. ఈ భక్తి ప్రాపంచిక కష్టాలను తీర్చుకోవడానికి కాదు. పరభక్తికి, ప్రాపంచిక కష్టాలకు ఏ విధమైన సంబంధము లేదు. ఎవ్వరూ భక్తి మార్గం నుండి వెనక్కి తగ్గరాదు. ఏ విధముగా ఒక పెద్ద బల్లి కోట గోడను ధృడముగా పట్టుకొని వదలకుండా వుంటుందో, అదే విధముగా నిష్కామ భక్తి అచంచల విశ్వాసముతో మన హృదయ కమలమును ధృడముగా హత్తుకోవాలి. భక్తి యుక్తి మార్గం ఉపయోగించి శక్తిలో ఏకమవ్వాలి. యుక్తిని ఉపయోగించి, యుక్తి మార్గములో భక్తి విశ్వాన్ని పాలించే అత్యున్నత శక్తిలో ఏకమవ్వాలి. యుక్తి మార్గంలో ఈ భక్తి వలన మన హృదయములోని అన్ని ఉపాధులను తొలగించి శుద్ధి కావాలి. ఇటువంటి భక్తి, వాసనల నుండి స్వేచ్ఛను పొందాలి. శాంతి ప్రదాత అయిన విశ్వాధిపతియే ఓంకారం. ఓంకారం అంటే సృష్టి సర్వం. శాంతి ప్రదాత పైన భక్తి నిశ్చలముగా ఉండాలి. ఇదే యదార్థమైన భక్తి. దీనినే సత్యము అందురు. ఈ భక్తి ఇహలోకమునకు, పరలోకమునకు అతీతము. ఈ భక్తి సదానందంతో నిండిన మనసు తప్ప మరొకటి కాదు. ఈ భక్తిని పొందినప్పుడు సదానందం తనంతట తానే లభిస్తుంది. సదానందంతో నిండిన మనసు అన్ని వస్తువులకు బీజం. ఈ మనసును విచక్షణతో వృద్ధి చేయాలి. సదానందంతో నిండిన మనసు గుణ రహితము, వ్యాధి రహితము. అది విశ్వ జ్ఞాన కారణం, సృష్టికర్త, అన్నిటికి సాక్షి. ఈ ప్రపంచమునకు, ఆవలి ప్రపంచమునకు సత్యము. అదే

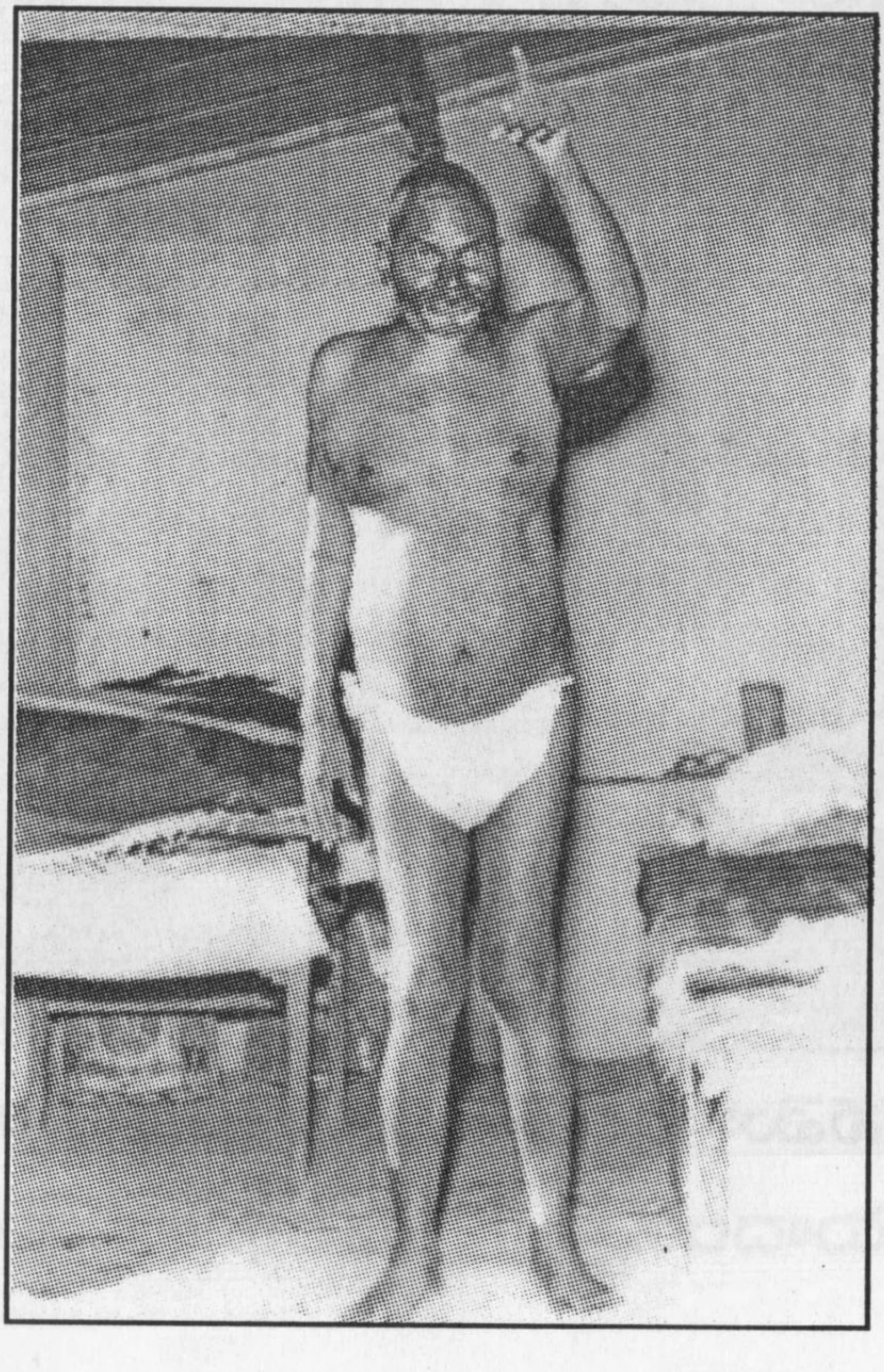
బాహ్యా, అంతరములకు విస్తరించిన ఏకము. అదే జ్ఞానము ఉన్నతము, హీనము, జ్ఞానము మరియు విజ్ఞానం. జ్ఞానం భగవంతునికి సంబంధించిన జ్ఞానం. విజ్ఞానం అంటే భగవత్సాక్షాత్కారం కలిగినదన్న జ్ఞానం మరియు దాస్యమునకు అతీతులమన్న జ్ఞానం. అదే కర్త, క్రియా ఫలితం, విశ్వ సాక్షి, పాపము లేని ఆత్మ, సర్వసాక్షి, జగద్గురువు, విశ్వజ్యోతి, జగత్ జనకుడు, జగత్ జనని, ఓంకారంలోని బిందువు, అతి గొప్పది. చేతన్యవంతం అయిన ఓం, గోచర, అగోచర ఓం, తత్వము సారము ఓం, ఓం ముఖ్య కేంద్రం, ఓం అంత్యము. మునుల ద్వారా అదే సత్యమని ప్రకటితమైనది. ఓం.. ఓం..

**హరి ఓం తత్సత్**
**ఓం శాంతి శాంతి శాంతిః**



ఓం నమో భగవతే నిత్యానందాయ

ఓంకార బిందు సంయుక్తం
నిత్యం ధ్యాయాయంతి యోగినహ।
కామదం మోక్షదం శైవ
ఓంకారాయ నమోనమః॥





స్వామి నిత్యానందాశ్రమం
కాంచన్‌గఢ్, కాసర్‌గోడ్ జిల్లా, కేరళ



సద్గురు భగవాన్ నిత్యానంద సమాధి మందిరం
గణేష్‌పురి, థానే జిల్లా, మహారాష్ట్ర